

ゴールデンエイジに 楽しみながら基礎的な運動能力を バランスよく鍛えよう！！

人の運動能力はゴールデンエイジと呼ばれる12歳までの
運動量・運動経験により決まります。



運動教室では、

「走る・跳ぶ・バランス」といった基礎的な部分を鍛えるトレーニングや
周りの子達と仲良くコミュニケーションを取れるようなメニューを行います。

「するスポ」気軽に運動エンジョイ事業 スポーツ教室開催！

日程

- ①10/3（金）17:30～19:00 📍 八戸市武道館
- ②10/9（木）18:30～20:00 📍 八戸市体育館
- ③10/16（木）18:30～20:00 📍 南部山体育館
- ④10/17（金）17:30～19:00 📍 八戸市武道館
- ⑤10/24（金）17:30～19:00 📍 八戸市武道館
- ⑥10/27（火）17:30～19:00 📍 八戸市武道館
- ⑦10/31（金）17:30～19:00 📍 八戸市武道館

対象

- ・ 未就学児
- ・ 小学1年～6年生

持ち物

- ・ 上履き
- ・ 飲み物
- ・ 汗拭きタオル

※参加**無料**
※申込不要

ご質問等はこちらまで！

✉ : hachinoheclub@gmail.com

☎ : 0178-20-0809



HachinoheClub
公式SNS