日本トレーニング推進協会主催
神戸市教育委員会後援

体幹かけっこ教室

今回の教室は、「身体の使い方」についてトレーニングし、特に、速く走るために必要な「膝を高く上げる」、「姿勢良く走る」などを重点的に指導していきます。
そこで、皆さんには、教室を通して自分の走り方を知ることで、もっと速く走れるようになりましょう！！

開催要項

開催日：１１月２５日(日)

時　間：１０：００～１１：００（小学生）
１１：３０～１２：１５（幼児）
１２：４５～１３：４５（小学生）
１４：１５～１５：１５（小学生）
１６：４５～１７：４５（小学生）

定　員：各３０名ずつ(応募数により変更あり)

持ち物：運動靴・帽子・飲み物・タオル

会　場：井吹台谷口公園　芝生広場
（兵庫県神戸市西区井吹台西町４丁目３９－８）

参加費：５００円(税込・保険料込)

申込期間：１１/１８(土)２１時～開催前日１９時まで

お問い合わせフォーム

※QRコードを読み込み、公式LINEアカウントにご登録いただくと、お問い合わせフォームがメッセージにて届きます。
お問い合わせリンクから、ご希望の 時間帯の専用フォームよりお申し込み下さい。

１１月１８日(土)21時より受付開始
24時間受付中！！

日本トレーニング推進協会
公式アカウント

当団体は、子供達の運動能力向上や運動不足改善、アスリート育成のための活動を様々行なっております！今回の開催にあたって、今後とも皆様に多くの活動を開催していきますので、当団体の公式LINEアカウントにて、子どもにとって大切な情報や活動内容などをご提供させてもらいます。また、「子どもの姿勢が悪い」や「集中力がない」などのお悩みにも随時、対応させて頂きます。この機会にぜひご登録頂きたいです！お手数ではありますが、ご登録の方、宜しくお願い致します！

日本トレーニング推進協会
〒505-0038　岐阜県可児市下恵土２９６９－３
TEL：070-3891-5061
MAIL：kakekkokyoushitu@gmail.com
HP：http://j-tpa.com