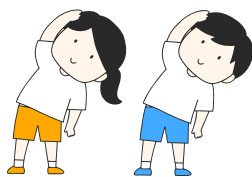




多摩市健幸スポーツパートナーズ
からだを動かして ころも元気に！

ワンタイムレッスン

運動あそび 教室



こんな
お子さまに
おすすめ！

開催場所：第1会議室

身体を動かすのが
大好き

運動が苦手
自信をつけたい

何のスポーツが向いて
いるかわからない

プログラム内容

- ・からだを使ったあそび（ボール・鬼ごっこなど）
- ・バランス感覚を育てる運動（鉄棒・跳び箱など）
- ・子ども主体のゲーム遊び

※保護者の方も見学いただけます。

持ち物

- ・運動に適した服装（裸足で行います！）
- ・水分
- ・タオル

幼児クラス

3歳～6歳（未就学児）
定員：15名程度
毎週 日曜日
AM 9:30～10:30
9:10～受付開始

小学生クラス

小学1年～小学4年生
定員：15名程度
毎週 日曜日
AM 10:45～11:45
10:25～受付開始

参加費

800円/回
総合体育館窓口にてお支払い

※大会等により休講になる場合がございます。

多摩市立総合体育館

042-374-2313

開催予定等は
ホームページにて更新中！



〒206-0003 多摩市東寺方588-1