

わんぱく親子 ♪体操教室♪

親子のふれあいに始まり、子供達の大好きな遊びの要素を通じて、子供の身体、運動能力、心理的な特徴を捉えた体操になっています。



前転・後転・バランス感覚・体幹を鍛えリズム感・判断力などを、遊びや体操にくみこまれているので、いつの間にか自然に出来るようになります。

パパやご兄弟、家族みんなで遊びに来ていただいてもOK!

●対象 **3歳～7歳くらいのお子さんと保護者**

●場所 **フィットネスクラブウイング弘前 (2Fスタジオ)**

●日時 **1月9日(日)・23日(日)**
(次回) 2月6日(日)・20日(日)
14時～15時

●持ち物 **お世話道具 動きやすい服装**
飲み物 インシューズ

●参加料 **1回 1,800円(税別) 2回 3,000円(税別)**
兄弟でのご参加はお一人増えるごとにプラス500円(税別)となります。



♪お申し込みお問い合わせ♪

0172-38-8131

もしくは
直接受付まで
お願いいたします。

講師 内木仁美

一般社団法人
22世紀親子からだ育て塾認定
22 OKJマスター運動指導者