

キッズ短期講座 受講生募集

オススメ!

キッズ♪ダンス&コーディネーション運動

ダンス経験のないお子さま大歓迎!!

最初は、「音」を聴く、「カウント」をとる、「ステップ」を楽しむところから始めていきましょう。

かんたんな動きの組み合わせや、今流行りの曲に合わせた振付など、繰り返し練習していきます。



日 程 5月13日～7月15日
 曜日・時間 火曜日 17:15～18:15
 定員 12人
 対象 4歳～小学生のお子さま
 受講料 全10回コース 7,000円

申し込み 4/1(火)～定員に達するまで随時受付
 場所 2階 元気回復室
 講師 センター専任インストラクター 澁谷 恵子
 準備物 動きやすい服装(ズボン)・室内用運動靴
 汗拭きタオル・飲み物など

おすすめ

幼児クラス「水と慣れ親しもう」体験講座

この夏、海やプールに行く前に一足早く

「ふれあい健康館」のプールで水慣れをしませんか?

ふれあい健康館では、お子さまの体力向上、持久力向上につながるよう顔つけ練習や、ビート板キックなど

楽しく遊びながらチャレンジしていく幼児水泳を行なっています。



日 程 5月17日～6月28日
 曜日・時間 土曜日 9:00～9:50
 定員 6人
 対象 4歳～6歳未満
 受講料 期間内 6回参加 7,200円

申し込み 5/1(木)～定員に達するまで随時受付
 場所 2階 健康保養浴場(プール)
 講師 センター専任インストラクター 与能本和憲
 準備物 水着・水泳帽子・バスタオル

キッズ・ジュニア イベントご案内

3歳～5歳の
親子でうんどう遊び

遊びながら楽しく運動能力向上!

はずんで、まわって、楽しく踊ろう!

リズムに合わせて、走る、弾むなどの動きを組み合わせ楽しくダンス♪



日 程 5月3日
 曜日・時間 土曜日 10:00～11:15
 定員 15組
 対象 2歳～5歳のお子さまと保護者
 受講料 770円

申し込み 4/21(月)～定員に達するまで随時受付
 場所 屋内運動室
 講師 センター専任インストラクター 与能本和憲
 準備物 動きやすい服装(ズボン)・室内用運動靴
 汗拭きタオル・飲み物など

プールで遊んで楽しく運動!!

プール運動が苦手なお子さまも楽しめます!!

水中でジャンプや、クロール・バタフライなどの動きを取り入れたアクアダンスで準備運動した後は、自由遊泳を楽しんだり水中ゲームを楽しみましょう!

水が苦手なお子さまも、

終わった後は笑顔になる事間違いなし!!



日 程 5月4日
 曜日・時間 日曜日 17:15～19:00
 定員 18人
 対象 小学2年生～4年生のお子さま
 受講料 1,650円

申し込み 4/21(月)～定員に達するまで随時受付
 場所 1階 きっかけ空間 集合・受付
 講師 センター専任インストラクター 与能本和憲
 準備物 水着・水泳帽子・バスタオル
 ゴーグル(必要な方は持参)

【お申し込み・お問い合わせ先】

※申し込みは入金先着順となります

ふれあい健康館 屋内運動室 ☎ 088-657-0187