

小学生チャレンジ スポーツ教室 3期

金曜日開催 全7回

10 月	9	16	30		
11 月	6	13	20		
12 月	18				
時 間	17：40～18：50		休 み	10/23・11/27・ 12/4・12/11	
場 所	県民体育館 2階 補助競技場				
定 員	15名（小学生対象） ※参加人数が少ないと開催できないことがありますので、ご了承下さい。				
料 金	4,550円				
持ち物	なわとび・体育館シューズ(上履き可)・ 動きやすい服装・水分補給用飲み物・タオルなど				
講師の 紹介			小林 克生 (こばやし かつき) 体力測定やトレーニングサポートを行って きた経験を活かして、楽しく体を動かして 体力づくりの手助けができればと思いま す！ ●Body Element System JAPAN 認定 マットピラティス指導資格 ※サポート講師1名も入ります。		
教室の 紹介 (しょうかい)	なわとびやサーキット運動（うんどう）、自分のからだを 使って、色々な運動を楽しんでみましょう。 学校や学年がちがう友達ととも、なかよく、楽しみながら、いっしょに 成長（せいちょう）できる教室です。				
申込方法	電話受付のみ（先着順受付 / 8:30～20:00）				



◆ 受付・手続期間 ◆ 9/14 (月) ~9/30 (水)

◆お申し込み・お問合せはこちらまで◆

高知県立県民体育館

公益財団法人 高知県スポーツ振興財団
〒781-8010 高知市棧橋通2丁目1番53号

☎ (088)831-1166

HP <https://kochi-kenmin.org/>



【ポイント付きます】



健康バスポート

アプリでポイント
貯まります

【SNS】

