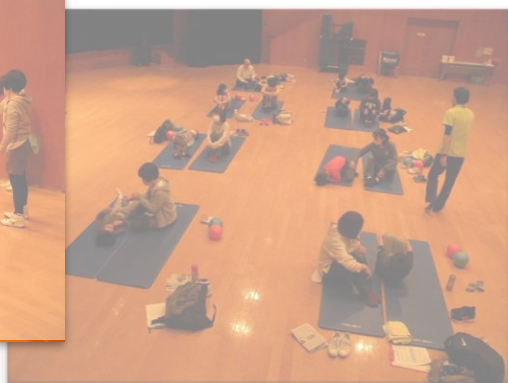


親子で楽しく！ はじめての運動教室

マットやボールを使ったトレーニングや簡単なゲームを通して**基本的な体の使い方**を学ぼう！
親子で楽しみながら体力アップを目指しましょう！



過去のイベント風景



講師 中田 裕貴
(公社健康運動指導士)

日程 令和6年9月23日（月・祝）

時間 10：00～11：15

場所 西大寺ふれあいセンター
3階 プレイルーム

対象 小学1年生～3年生までの子ども（1名）と
保護者（1名まで）

※ご家族（大人のみ）の見学が可能です。

※講座の運営上、対象外のお子様（兄弟等）の
入室はできません。

定員 10組程度

締切 令和6年9月13日（金）**必着**

※お申込み方法・お問い合わせ等、詳細はチラシ裏面をご覧ください。

参加費無料！

