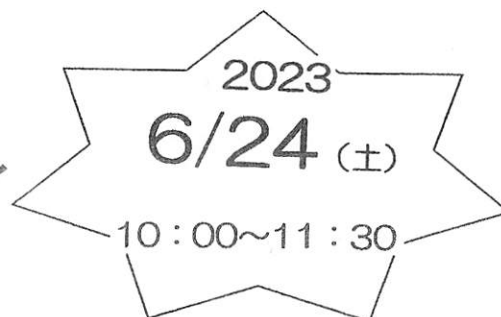


～ 親子で楽しむ

コーディネーショントレーニング体験会 ～



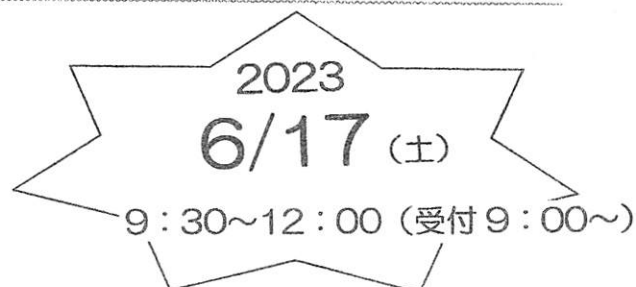
どんなトレーニングなの？

神経と運動の発達に沿って脳と心と体に刺激を与え、運動の“学ぶ力”を高めるトレーニングです。体幹の動きを意識して寝返りしたり、走る動きにも繋がる肩と骨盤の回転軸をつくるという運動を、幼児期から楽しみながら体験していきます。

継続的に取り組んだ型から「練習しても出来なかった技が急に出来るようになった」「衝突やケガが減った」「集中力が続くようになった」「宿題が早く終わるようになった」「朝早く起きるようになった」「食欲が増えた」などの変化を実感していただいています。

- 対象者 年長児、小学1～2年生とその保護者（先着20組）
参加費 1組につき 500円
持ち物 運動できる服装、上履き、飲み物、汗拭きタオル
講師 日本コーディネーショントレーニング協会公認准講師
会場 駿河台大学 体育館
申込み 6月20日（火）まで

～ 親子カヌー体験教室 ～



飯能市は木材産地として古くから林業が発達し、江戸への木材輸送の手段として「筏・いかだ」で川を下っていました。質の良い木材は「西川材」として世に知られるようになり、現在、名栗カヌー工房で、この西川材を使用して「カヌー」が作られています。このカヌーを利用して名栗湖でカヌーに乗って自然との触れ合いを体験してみませんか。！！

- 会場 名栗湖（カヌー工房）
対象 親子（親と小学生）20組（先着順）初心者歓迎
参加費 1人：1,500円
服装 からだを動かしやすい服装（サンダル・草履は不可）
持ち物 水にぬれた場合の着替え、飲み物等
指導員 かわうそ CPC（カヌーポロクラブ）… 駿河台大学 OB
申込み 6月13日（火）まで



申込先：認定NPO法人飯能市スポーツ協会（飯能市民体育館内）

TEL：972-1300

FAX：972-9322