

講座：親子体操

時間：10:00-11:00

場所：中体育室

募集
定員 各25組



★講座のポイント★

当講座は親子で一緒に成長する講座です
お子さんが通園するまでに集団の中で体育遊びをしながら楽しく身体を動かし親子の安心感の中で自信とやる気を育てます。

開講日程（火）

受講料：6,000円

（1期/10回）

年間3期 30回コースになります

- * 詳細はスケジュールで確認
- * 随時、無料見学・体験OK
- * 1回受講1,000円も有り

親子参加型の講座です
お子さんも安心して運動でき
親御さんはお子さんの成長を
目の前で体感できます

親子体操を担当する健康運動指導士の
竹内 香葉（こずえ）です。

成長過程の中で頭と身体を使いながら毎回
「やってみよう」という気持ちを引き出して“楽しく
ダイナミックに動く”を目標に行っています。

親の交流も自然に広がり、育児に繋がる情報
交換もあります

あつまれ 元気親子！！



健康運動指導士

講師：竹内 香葉



(指定管理者) ひょうごスポーツライフグループ