

ママと子どもの

～令和元年度 静岡市協働パイロット事業～
主催：NPO法人ピュアスポーツクラブ、共催：静岡市

コアトレーニング & 運動教室!

◆親子でたくさん体を動かして、運動のコツも学べる体験講座◆



「子どもが速く走れるようになるためには?」「鉄棒が怖いみたいだけど…」「ボール運動が得意になってほしいな」と思っている方、この教室で親子一緒に楽しく運動してみませんか?教室の前半では、バランスボール・ストレッチ運動などの様々な運動を楽しめるお母さん向けの初心者向けエクササイズを行います。日頃運動不足だと感じているママ、ストレス発散をしたいと思っているママにもお勧めです!親子運動の時間では「走り方」「鉄棒」「ボール」の各テーマを講師が分かりやすくコツを指導していきます☆親子で楽しく体を動かしましょう!

日時・会場(希望日をお選びください)

①10月19日(土) 13:00~14:00

②11月2日(土) 10:30 ~ 11:30

③2020年2月15日(土) 10:30 ~ 11:30

各回とも静岡大学内体育館

(対象):年中~小学2年生の子どもとそのお母さん

(定員):各回15組(親1名・子1名で1組)

※メール受付先着順

(受講料):1組500円(1回分)

(講師):NPO法人ピュアスポーツクラブ 内川 麻衣子、各テーマ講師



詳細は裏面へ→



《申し込み方法》



- ☆この講座は基本的に対象年齢のお子様とお母さんが参加できます。(託児はありません)
対象年齢外のお子様は安全上、会場の外での見学となります。
 - ☆参加は1組につき1開校日をお選びください。受付はメール受付先着順となりますので定員を超えた場合はキャンセル待ちとなります。
 - ☆参加希望のお子様が2名以上いる場合は、お母さん以外の大人の方と一緒に申し込みください。
- 例)「お母さんと年長さん」、「お父さんと小学1年生」合計2組(参加費は1,000円)

☆メールにて受付します。「purescmail@yahoo.co.jp」へ「参加希望日、参加者氏名(親子)、年齢(親子)、学年(子)、住所、連絡先」をご記入ください。
→申し込みを確認しましたら事務局から「受付完了」のメールを致します。事務局からのメールがお申し込みから1週間過ぎても届かないようでしたらご連絡ください。



《講座開校日時・親子運動テーマ・受付開始日》

講座開校日時	親子運動テーマ	受付開始日
2019年10月19日(土) 13:00~14:00	走り方教室	2019年9月2日(月)
2019年11月2日(土) 10:30~11:30	ボール教室	2019年9月2日(月)
2020年2月15日(土) 10:30~11:30	鉄棒教室	2020年1月6日(月)

～講師 NPO 法人ピュアスポーツクラブ 内川 麻衣子氏 紹介～

3歳からダンスを始め、ジャズ、モダンダンス、バレエ、タップ、ヒップホップ、ヨガ、エアロビクス、親子ダンスなどの多様なダンスを専門としたダンサー、振付家です。

ジャズ・モダンダンス世界選手権大会日本代表の経歴を持ち、キッズ向けダンス指導のほか、勤労者向けのダンス、ヨガ、中高老年の健康体操教室、児童館や生涯学習センター、中学校、企業へのダンス講座の指導を行っています。現在はピュアスポーツクラブのクラブマネージャーとして、事業企画等も行っていきます。

お問い合わせ：NPO 法人ピュアスポーツクラブ (総合型地域スポーツクラブとして活動中！詳しくはHPへ！)

HP <https://pure-photo.jimdo.com/> TEL 090-6615-1789