

目白台運動公園特別プログラム

すぽネーション

～楽しく遊んでスポーツ好きになろう～

参加者募集

遊び感覚で運動神経の向上を促進！！
今人気のコーディネーショントレーニングを
気軽に楽しもう！！

コーディネーショントレーニングとは

感覚として入ってきた情報を判断し、目的の動作に効率的に伝える一連の流れを、速く正確に表現するためのトレーニングです。幼少年期に行うと最も効果が高く、後の運動能力に大きく反映されます。また大人にも「日常生活の運動機能の維持や向上にも重要とされる。」と言われています。

目白台運動公園多目的広場

開催日：①7月31日(金) ②8月11日(火) ③8月27日(木)

対象	・5・6歳児親子の部	9:30～10:10	(参加費:親子1組500円)
	・小学1～3年生の部	10:20～11:00	(参加費:1人300円)
	・小学4～6年生の部	11:10～11:50	(参加費:1人300円)

<開催概要>

- 主催：目白台運動公園・西武パートナーズ
- 協力：特定非営利活動法人MIPスポーツ・プロジェクト
- ※受付はプログラム開始15分前より会場にて行います。
- 持ち物：飲み物、汗拭きタオル、運動できる服装、
室内シューズをお持ち下さい

<お申込方法>

FAXで以下の内容を申込先までお送り頂くか、直接、目白台運動公園受付窓口にお申込下さい。

①親子の氏名 ②性別 ③学校 ④学年 ⑤住所 ⑥電話番号
⑦子どもの生年月日 ⑧ご希望の開催日と時間を記載

※申込み多数の場合は先着順となります。予めご了承下さい。

※お申込期日①7月24日(金) ②8月3日(月) ③8月17日(月)

<申込・お問い合わせ先>

〇〒112-0015

東京都文京区目白台1-20-2 目白台運動公園パークセンター 宛

TEL:03-3941-6153

FAX:03-3941-6159