

わくわく コーディネーション教室



体と一緒に脳も鍛えよう!!
「できた!」が増えると運動が好きになる!



無料体験
募集中だよ!

コーディネーションで養われる能力

コーディネーションとは、
神経系に視点を置いたトレーニング方法で
『動きやすい身体をつくる』
『自分の身体を思い通りに動かせるようになる』
ことを目的とした教室です。
様々な動きを行いスポーツの基礎となるものを
この教室では行っています。

コーディネーション能力とは
7つの能力が含まれています。
小学校に行って、「クラブ活動」を
するようになって運動神経を良くしたい
という方にもオススメ!



インストラクター
衣原 杏哉

運動神経を一緒に上げ
スポーツを楽しめる、勝てるように
教室楽しんでいきましょう!

- ・日程 : 月2回土曜日午前
- ・対象 : 小学1年生～小学4年生
- ・時間 : 10:30～11:30
- ・定員 : 15名
- ・月謝 : 2,000円
- ・場所 : 5階 フィットネススタジオ
- ・持ち物 : 動きやすい服装・上靴
汗拭きタオル・飲み物



日程のご確認、無料体験の
お申込みはこちらから



とかちプラザ
(5階受付)

帯広市西4条南13丁目1番地

主催：とかちプラザ指定管理者
株式会社オカモト
後援：帯広市教育委員会

(0155) 22-7890

Instagramはこちら ホームページはこちら

