さしま交流センター遊楽里

ゆらり　キッズ

スポーツトレーニング

体育教室

参加者大募集!!

月会費3,600円 週1回月4回開催

初めて教室に通う方、少し不安な方 要予約

お１人様１回体験参加ができます。

お申込は今すぐ電話・フロントで

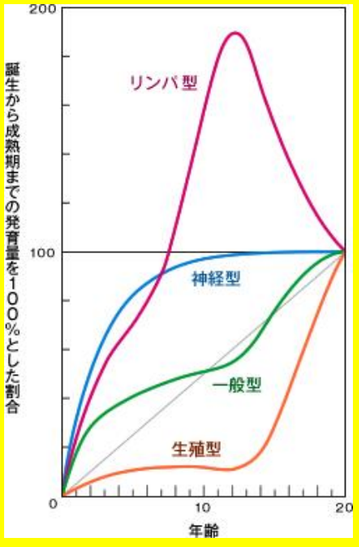
定員に空きがある場合のみ体験ができます。
体験のお申込はお電話またはご来館いただき、事前のご予約が必要です。
体験参加をしなくても、ご入会のお申込みが可能です。
体験参加時は、施設利用料が必要になります。（全館またはスポーツ施設）

体育教室・スポーツトレーニングは、たくさんいいこと（効果）ある

- 苦手意識があった運動も得意分野に！！
- 更なる運動能力の向上！！
- 基礎体力の向上ができ、体の免疫力アップ！！
  風邪を引きにくい体を作れます！

お得な情報

右の図は「スキャモン発達発育曲線」という図です。
見てわかるように神経系の発達が最も早く、体中に神経回路がはり巡らされます。
この時期に、運動で色んな動きを行い神経回路に刺激を与えることがとても重要です。
今のこの瞬間が運動能力の基礎作りに最適なのです！！



スキャモン発達発育曲線

スポーツ・体育教室時間

時間	月	火	水	木	金	土	日
16時	苦手を得意に!!		スポーツトレーニング【定員12名】16:00～16:50		各クラス定員があります。お申込みはお早めに！！定員に達した場合はキャンセル待ちとなります。		
17時					体育教室【定員12名】17:00～17:50		
18時			好奇心を育てる				
19時							

体育教室

毎週１回月４回開催
日　　時：毎週金曜日　17:00～17:50
対象年齢：小学１年生～小学６年生
料　　金：3,600 円
内　　容：跳び箱、鉄棒、マット等を使用し運動を行います。

※子供達一人一人のレベルに合った運動や指導を行って行きます。

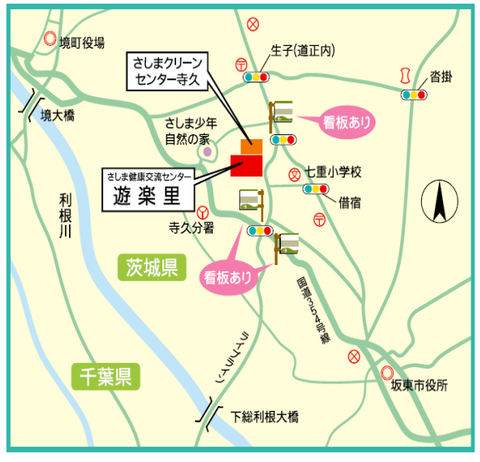
スポーツトレーニング

毎週１回月４回開催
日　　時：毎週水曜日　16:00～16:50
対象年齢：年中～小学２年生
料　　金：3,600 円
内　　容：動きの精度、リズム感、バランス感覚を養うコーディネーショントレーニングを行います。
ボール等も使用するので遊び感覚で教室を行えます。

お申込は今すぐ電話で！

さしま健康交流センター遊楽里

〒306-0656　坂東市寺久1290
ＴＥＬ：　0297（20）9822
ＦＡＸ：　0297（20）9823
ＨＰ　：　http://www.sashimayurari.com/

【休館日】毎週月曜日（※月曜日が祝日の場合は開館し、翌日の平日が休館日）

さしま交流センター遊楽里は天然温泉をはじめクリーンセンターで発生した余熱を有効利用した温水プールやトレーニングジムを備えた健康増進施設です