

たのしくうんどう☆レッツトライ！

小学校1年生から4年生対象プログラム

成長期の子どもたちは、遊びの要素を取り入れた運動で体力がぐんと伸びます。

広島グリーンアリーナで楽しくからだを動かして元気と笑顔を手に入れよう！

教室の

ポイント1【運動実技】(キッズカラダづくり運動プログラム)

- ・姿勢をよくするトレーニング(身体の軸づくり)
- ・動きをよくするトレーニング(身のこなし)
- ・バランスを高めるトレーニング(身体操作性)



ポイント2【保護者対象:免疫・運動・栄養講話】

- ・専門家の先生から子どもたちの運動の発達を促すための秘訣や食事術が学べます。(運動講話:1回、栄養講話1回実施)
- ・麒麟ビバレッジ株式会社による免疫についての特別講話も開催します。(免疫講話:1回実施)



◆日程ほか(教室は全6回コースになります。) ◆時間・場所 16:30~18:00 ※受付は16:00から行います。
広島県立総合体育館武道場(剣道場)

回	月	日	曜日	保護者向けオプション等
1	9	14	木	免疫講話(16:35~16:55)
2		28		
3	10	5		運動講話(16:45~17:45)
4		12		
5		19		栄養講話(16:45~17:45)
6		26		

◆対 象 小学1年生から4年生の児童
及びその保護者

◆参 加 料 6,000円(全6回分 傷害保険料含む)
※初回の受付時にお支払いください。

◆持 参 物 運動のできる服装・飲み物・タオル



※9/14 免疫講話の時には麒麟ビバレッジ
「麒麟 プラズマスポーツ 555PET」プレゼント！



《お申し込み方法》

お電話、WEB 又は本館一階総合受付で、直接お申し込みください。
※WEB での申し込みについてはホームページのイベント申し込みフォームより
必要事項をご記入のうえ、お申し込みください。

【受付期間】 令和5年8月7日(月)~9月1日(金)の間の9:00~20:00

【定 員】 35名 ※先着順で定員になり次第締め切ります。

【申込・お問合わせ】 広島県立総合体育館 健康・体力サポートセンター
〒730-0011 広島市中区基町 4-1
TEL(082)228-1111 FAX(082)228-4992
ホームページ: <https://h-jigyoudan.or.jp/sports-center/>

「たのしくうんどう
☆レッツトライ！」

◎確認事項

- ・名前(参加者・保護者)
- ・年齢(学年)
- ・性別
- ・住所
- ・緊急連絡先電話番号



この教室の様子を写真撮影します。当体育館のHP・刊行物等への写真の掲載については、あらかじめご了承ください。
なお、マスメディアの取材についても同様です。また、お申し込みの際の個人情報は、本業以外には使用いたしません。

広島県立総合体育館

主催: (公財)広島県教育事業団(広島県立総合体育館) 後援: 広島県 協力: 麒麟ビバレッジ株式会社