

親子で体操

～バック転チャレンジ～

バック転をきめよう☆

募集

- ・対象 町内在住・保育園児の親子
- ・定員 8組

講師：Tora jam 百瀬 圭先生（下諏訪町健康サポーター）



親子で体幹を鍛えながらキッズ向けバック転導入練習を行います。保護者の方もコーチのような運動補助が学べるので自宅でも継続してできる親子教室です。

日程

4月13日（日） 5月25日（日） 全2回

時間

午前10時00分～午前11時00分

会場

健康フィールド（屋内） 下諏訪町東赤砂10795番地1

持ち物

室内靴・飲み物・タオル

申込

親子2人1組での申込みとなります。下諏訪町ホームページまたは二次元コードよりお申込みください。
先着順で受付が完了した段階で参加決定となります。
（定員に達した講座は申込みフォーム内で非表示となります。）



受付開始
3/8(土)
9:00～