

# 体力づくり教室

in きらん

2/27  
(水)

楽しみながら体を動かす事で  
冬の運動不足を解消し、  
自然と運動が好きになる!

会場…きらん2階の研修室1

●指導内容・料金

クラス	対象年齢	内容	時間	料金
幼児クラス	年中	動的ストレッチにより柔軟性とケガを予防し、楽しく体を動かします。	14:30~15:10	各クラス 1200円
幼児クラス	年中・年長	ケンケン、スキップ等での正しい体の使い方を学びます。	15:20~16:05	
幼児・児童クラス	年長・1年生	ラダー、踏み台等の使用で、より実践的な走運動の基礎を学びます。	16:15~17:00	

- 用意するもの：①運動靴 ②タオル ③飲み物 ④参加料(当日現地でお支払い)
- 当日はTシャツ、ハーフパンツなど動きやすい服装でご参加ください。



▼ お問い合わせ・お申込みはこちらへ ▼

☎・(0143)84-4560

✉info@rantaisou.com

蘭体操クラブ

検索

<お電話受け付け時間>

平日：14:00~20:30

土曜：9:30~17:30

日曜・祝日はお休みです