



# 『楽しい親子ボール運動』

## コーディネーショントレーニング (スポーツの脳トレーニング) 体験会

**3/12(土) 14:15~15:45 (開場 14:00)**

- 場所：明石中央体育会館 第二競技場 ● 参加料：無料
- 対象：小学1年～4年生の子どもとその保護者
- 持ち物：運動できる服装・室内シューズ・飲み物・タオル
- 定員：親子25組(50名) ※先着順
- 内容：親子でボールを使ってコーディネーショントレーニング(スポーツの脳トレーニング)を行います。
- 講師：神戸親和女子大学ジュニアスポーツ教育学科教授  
加藤 寛(元ヴィッセル神戸監督)
- 協力：神戸親和女子大学サッカー部
- 申込期間：平成28年2月16日(火)～28日(日) ※定員になり次第申込終了
- 申込方法：電話又は明石中央体育会館事務所窓口にて受付
- 問合せ：明石中央体育会館 TEL078-936-6621



### コーディネーショントレーニングとは？

子ども達に必要なコーディネーション能力(身体を巧みに動かす能力)を向上させるトレーニングです。トレーニングを通じて、脳や神経系を刺激することで、どんなスポーツにも必要な「自分の身体を巧みに動かす能力」が身に付きます。幼少期から誰でも楽しめる運動であり、親子で日々トレーニングすることによって、親子の絆を深め、よい効果が得られます。



### ※注意事項※

- ・お預かりした個人情報、本イベントにのみ使用させていただきます。
- ・イベント中の怪我又はその他の事故については、主催者は応急処置のみ行います。その他は一切責任を負いません。
- ・広報の目的で、イベント風景を写真撮影・HP等へ掲載させていただきます。ご理解とご協力をお願い致します。

親子で楽しく身体を動かそう！！  
ご応募お待ちしております☆

明石中央体育会館

検索



明石中央体育会館

