

**11月**

**体験キャンペーン! 10~11月は何回でも体験できます!**

年度内一度限りの体験が10~11月は1回500円で何度でも参加できます。今年度体験した方も新たに体験できます。

楽しくのびすスポーツ広場

**ホリデージム**

**11/4 (日) バドミントン**

ラケットある方は持ってきてね!  
貸し出し用もあります

**11/25 (日) マット運動、ドッジボール**

今後の予定: 12/9 (日)、16 (日) ※会場、講師等の都合により変更になる場合があります。



持久走シーズン!  
おにごっこなど  
楽しく走るメニューも  
取り入れるよ!



マット運動は、前転、  
後転、ブリッジ、倒立  
などレベルに合わせて  
チャレンジします!

**時間** 10:00~11:00

**活動場所** 川村小学校 体育館 (山北町山北1002)

**対象** 年長児~小学6年生まで  
※未就学児は保護者の付き添いが必要です

**指導者** 藤原 恭子 (きよろ) 先生  
日本体育協会公認スポーツリーダー  
飯田 満美子 (まみ) 先生 ほか  
日本体育協会公認スポーツリーダー

様々な運動を通し、  
子どもができることを見つけ、  
自信をつけられるよう  
指導していきます!

**内容** メイン種目を基本に、コーディネーション  
トレーニングなど取り入れながら  
子ども達の運動経験を増やします。

**定員** 登録会員50名程度 (定員になり次第締切)  
※雨天時のみ参加などの登録も可能です。

**会費** 会員: 1回500円  
※入会には保険料1,000円(一世帯)が必要です。

**持ち物** 上ばき、飲み物、タオル  
※動きやすい服装で!

**体験について 10、11月は体験キャンペーン!**

開催日2日前までにメールにてお申込み下さい。  
1回500円。申込制。

メールタイトル「ホリデージム体験」  
メール本文「希望日、お子さま名(ふりがな)、学年、  
学校名、保護者名、TEL」



一般社団法人

**あすぽ**

明日への一歩...

申込・問合せ先 (担当: 飯田)

ジュニアあすぽ [asupo2010jr@yahoo.co.jp](mailto:asupo2010jr@yahoo.co.jp)

TEL: 090-8013-5541 (秋葉) HP: <http://asupo1.com>

スポーツくじ



私たちはスポーツ振興くじ  
助成を受けています