

# みんなで思いっきり遊ぼう！ 正しい走り方を学ぼう！！

日時

11月10日(日)

1部11:00～12:00(遊び30分/走り方30分)

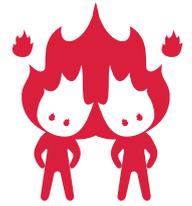
2部12:00～13:00(遊び30分/走り方30分)

場所

ルネサンス 長崎ココウォーク屋上

※雨天の場合は中止にさせていただきます。

中止の際はルネサンススタッフからご連絡いたします。又、返金対応させていただきます。



内容

**運動遊び教室** (自分の体を使って、お友だちやコーチたちと思いっきり遊ぼう！)

今回の遊び方とは、頭を使ってしっかり身体を動かして遊びます。

例えば、ゴム紐を使って当たらずにくぐり抜けたり、遊びを通してお子様の考える力を育てていきます。

当日はお家で出来る遊びや、親子で出来る遊びも用意しておりますのでぜひご参加ください。

対象

5才～10才のお子様

※当日はお子様だけの参加だけでもOK!

保護者様のご参加もOK!

定員

各20名

料金

1,500円(税込)

持ち物

水筒・帽子・  
動きやすい運動靴

※お支払いは現金以外をお願いします。

可能 クレジット・電子マネー・QR

申込  
開始

10月22日(火)

申込  
締切

11月6日(水)

※当日キャンセルの場合は返金致しかねます。

## ～ 担当プレイリーダー紹介 ～

### 池田(いけだ)

パーソナルトレーナーの池田です。  
普段は成人の方を対象に運動サポート  
を行っています。走り方のヒントを  
持ち帰って運動会で発揮できるように  
準備をしましょう!

### 堀(ほり)

普段はスイミングコーチとして  
お子様・大人の方にスイミングを  
教えています。  
当日は楽しくみんなで遊びましょう!

スポーツクラブ ルネサンス 長崎ココウォーク

tel.095-840-9550

長崎県長崎市茂里町1番55号ココウォーク内4F

申込の問い合わせはココウォーク内 4F  
「ルネサンス」までお越しく下さい。  
お電話での申込もお受けしております。