

# かみきょうどうセンター ・ こども講座

## めざせアスリート！

## 「走る、跳ぶ、勝つための筋肉の動き」



もっと<sup>はや</sup>速く、もっと<sup>たか</sup>高く！

かけっこが<sup>はや</sup>速くなるためには？

「<sup>きんにく</sup>筋肉の<sup>うご</sup>動き」の<sup>おし</sup>ヒミツを教えます。

<sup>だいがくせい</sup>大学生のお兄さん、お姉さんと<sup>たの</sup>楽しく<sup>からだ</sup>体を  
<sup>うご</sup>動かして、<sup>みらい</sup>未来のアスリートをめざそう！

【日 時】 11月29日（土） 10時00分～11時30分

【会 場】 <sup>か み きょうどう</sup>可美協働センター <sup>たいいくかん</sup>体育館

【対 象】 小学生 30名

※<sup>もうしこみたすう</sup>申込多数の場合は、<sup>ばあい</sup>抽選<sup>ちゅうせん</sup>になります。

【講 師】 <sup>ここはだいがくけんこう</sup>常葉大学健康プロデュース学部スポーツ健康科学科  
<sup>こうし</sup>井口講師と<sup>がくせい</sup>ゼミ学生<sup>みな</sup>の皆さん

【費 用】 無料

【持ち物】 <sup>たいいくかん</sup>体育館シューズ、<sup>すいぶんほきゅうよう</sup>水分補給用の飲み物、タオル  
<sup>うんどう</sup>運動の<sup>でき</sup>出来る<sup>ふくそう</sup>服装<sup>こ</sup>でお越しください。



11月15日（土）17時15分までに、窓口、QRのいずれかから  
お申込みください。

協働センター窓口：月曜日～土曜日（祝日を除く）8：30～17：15

11月18日（火）以降に、当落、受講確認の連絡をいたします。

