

1歳半～就学前の幼児と保護者対象!!



総合スポーツ会館 短期親子体操教室

火曜コース・金曜コース

柔道場のタタミの上で、はだしでの親子体操教室を開催しています。リズム体操、ペア体操、タオル体操、手遊び、そして絵本の読み聞かせ等・・・広い柔道場で、のびのびと無理せずリラックスした親子の時間を過ごすうちに、子供は体を動かすことの楽しさに目覚めます。お母さんもリズム体操でリフレッシュ。兄弟、姉妹、双子そしてマタニティママもマイペースで体操を楽しんでいます。見学も大歓迎。ぜひ一度親子体操教室にご参加ください。

レッスンメニュー(全10回)

柔道場での体操(6回)、剣道場でボールを使った体操(2回)、大競技場で鉄棒・跳び箱・平均台を使ったアスレチック体操(2回)

★受講料金 各コース1組6,000円

■開催場所
姫路市中地453番地
姫路市立総合スポーツ会館

■開催時間
50分

■受付場所
姫路市立総合スポーツ会館
2階受付窓口

■受付時間
9:00～19:00まで

■募集人員
先着30組
(1歳半～就学前の幼児と保護者)

■講師
松浦 香織 ・ 中山 陽子

※日程は裏面をご覧ください

※教室の開催日によって場所が変更していますのでご注意ください。

※本教室は万一事故等が発生した場合、応急処置はしますが、その後の責任は負いません。

※特別警報が発令されている場合は、休みになります。

※申し込み後の受講料は返金しませんので、ご了承ください。

※詳細につきましては姫路市立総合スポーツ会館までお問い合わせください。

一般財団法人

姫路市まちづくり振興機構

Himeji Urban Development Foundation

スポーツ振興部



火曜コース

受付開始 令和5年3月14日(火)9:00～

13:00～13:50

◆練習日程◆

※柔=柔道場、剣=剣道場、大=大競技場

令和5年

4月11日(柔)・18日(柔)・25日(剣)

5月 9日(大)・16日(柔)・23日(柔)・30(剣)

6月 6日(大)・13日(柔)・20日(柔)

金曜コース

受付開始 令和5年3月17日(金)9:00～

15:00～15:50

◆練習日程◆

※柔=柔道場、剣=剣道場、大=大競技場

令和5年

4月14日(柔)・21日(柔)・28日(剣)

5月12日(大)・19日(柔)・26日(柔)

6月2日(剣)・ 9日(大)・16(柔)・23日(柔)



一般財団法人

姫路市まちづくり振興機構
Himeji Urban Development Foundation

スポーツ振興部

TEL:(079)293-1321