

エコハウス138



キッズ筋トレ教室 &

親子でキッズ筋トレ



小さな「できた！」の積み重ねで
心も身体も成長しよう！！

キッズ筋トレは子どもの基礎体力及び運動能力を養うための筋力トレーニングです。ケガをしない動作の仕方と体力（筋力）が身につく。体育や各スポーツでのパフォーマンス向上につながります。体力が向上することで学校生活を含めた日常的活動が活発になることも期待できます。



開催日時 令和6年3月16日（土）

キッズ筋トレ教室

- ・対象：小学生
- ・定員：10人
- ・時間：13:15-14:15
- ・受講料：600円（税込）

親子でキッズ筋トレ

- ・対象：4歳以上の子どもと保護者
- ・定員：10組20人
- ・時間：14:35-15:35
- ・受講料：600円（税込）

◎持物：運動のできる服装、室内シューズ、汗拭きタオル、飲み物

※はぐみんカードを提示で100円引きの500円！！

お申込の案内

☆申込期間：2月26日（月）～3月13日（水）

☆申込方法：窓口またはインターネットにて申請

定員を超えた場合は、3月14日11時に抽選を行います。

結果をHPと施設掲示板で発表（ニックネーム）

当選者は教室当日に1F受付にて支払い手続きをしてください。

支払い完了後、教室に参加していただきます。

※教室開始15分前には支払いを完了させてください。

↓お申込はこちらから↓

エコハウス138

指定管理者
シンコースポーツ・愛知県
ビルメン組合グループ

開催会場

愛知県一宮市奥町八瀬割40-1
エコハウス138 エコホール

お申込み/お問い合わせ

0586-47-7138
<https://www.eco-yuyu.com/>

