

第4回 ★キッズ★ コアコンディショニング

～ “コア（体幹）” を整え安定させ

“正しい姿勢” と “動作” を学び直そう！～

今回は**親子参加**と
なります！



姿勢が悪いなど



パフォーマンスが
あがらない



コアの方法が
わからない

コア（体幹）を
目覚めさせたい子！

競技スポーツを
やっている子！

日時：2/11（水祝）10時00分～11時00分

※開始10分前にお集まりください

対象：5歳～小学3年生のお子様と保護者

場所：君津勤労者総合福祉センター 多目的室3

定員：10名

会費：1,650円（税込）

日時：2/11（水祝）11時30分～12時30分

※開始10分前にお集まりください

対象：小学4年生～中学生

場所：君津勤労者総合福祉センター 多目的室3

定員：15名

会費：1,100円（税込）

持ち物：動きやすい服装（ジーパン、スカートは不可）、飲み物、タオル

※最少催行人数に達しない場合は中止にする場合があります

※キャンセル料について、2/11（水祝）以降は参加費全額となります

STEP 1 1/11（日）先着申込開始！

以下からお申込みください

A.初めてイベントに申込される方

右記のQRコードを読み取り
イベントを選択。お名前等情報
をご入力の上お申込みください



B.ご自身の情報を登録済の方

マイページの「イベントをお申し込む」
からお申込みください



STEP 2

参加費支払

2/10（火）までに
施設受付にて
参加費を
お支払いください

※期日までにお支払いが
ない場合、参加権利は
無効となります

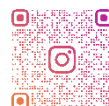
STEP 3

企画参加



公益財団法人体力づくり指導協会 君津市西君津 11-1 www.tairyoku.or.jp/

君津メディカルスポーツセンター TEL.0439-88-0611



K-2512HF-0121