

子ども運動遊び教室(小学3～6年生)開催要項

1 目的 遊びの中で様々な動きを習得し、スポーツなどのより高度な活動へと発展させることで、子供に運動習慣を身につけさせ、生活の中に運動やスポーツが定着していく生涯スポーツ社会の実現へとつなげる。

2 主催 公益財団法人光市スポーツ振興会

3 後援 光市教育委員会 光市スポーツ協会

4 指導 ミズノスポーツサービス株式会社 ・ 藤谷真夕 (メディカルフィットネス WINS)

5 内容

主に遊びながら身体の動かし方・運動能力UPを図る

運動が苦手な子どもでも楽しく、遊び感覚で「走る、跳ぶ、投げる」「体幹を使う」など基本的な動作を身につけ、ボールやコーン等さまざまな用具を使用し、敏捷性等の運動能力の向上に取りみます。

第3週目は音楽に合わせて様々なジャンプ運動を行いリズム感を高めることで、運動能力を向上させる最新の「リズムトレーニング」を行います。

この時期は
「できること」より「まず動かすこと」
が大切です。色々な動きに挑戦し、失敗を繰り返しながら正しい身体の使い方を覚えていこう。

6 対象 市内小学3～6年生(2024年度)※今年度から5・6年生も参加できます。

7 日時 **木曜日 17:45～18:45(第4木曜日は休館日の為お休み)** ※受付17:35～

前期 9回 5/9・16・30、6/6・13・20、7/4・11・18

後期 10回 9/5・12・19、10/3・10・17・31、11/7・14・21

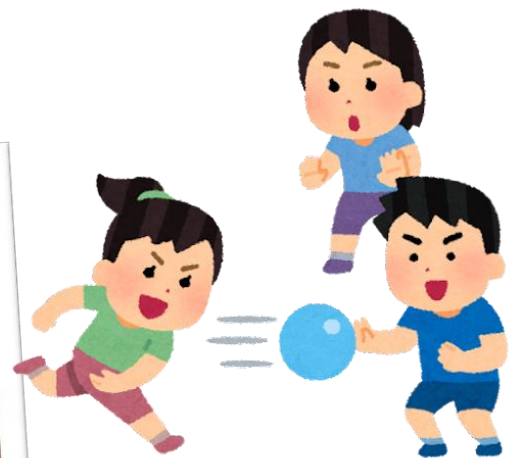
8 参加料 11,400円(全19回)

※抽選後事前支払い。詳細については各自にメールでお知らせします。

※参加料納入後、欠席等の返金はいたしません。

9 会場 光市総合体育館サブアリーナ

裏面へ続く



10 定員 30名 ※応募者多数の場合は抽選になります。

11 準備物 運動のできる服装、室内用シューズ、タオル、水分補給用飲み物（蓋付き）

12 その他

- ◎送迎・受付は、必ず保護者や責任の持てる方が行うこと。
- ◎主催者が取得した個人情報について、今後の事業の参加案内、開催情報等の通知に使用することをご了承ください。事業の趣旨に反する使用はいたしません。
- ◎教室中の安全については配慮いたしますが、万一の事故の場合は主催者が応急処置並びに（公財）光市スポーツ振興会が加入する行事保険の範囲内で対応いたします。その後の処置については自己の責任において対処してください。
- ◎安全指導に従わない場合は、実施期間中であっても参加をお断りすることがあります。
- ◎教室開催中の映像・写真・記事・記録等のテレビ・新聞・雑誌・インターネット等への掲載権は主催者に属します。
- ◎荒天候等、教室のお休み・変更は、「（公財）光市スポーツ振興会」のホームページ【<http://hikari-suposhin.com/>】にてご案内させていただきます。各個人へのご連絡はいたしません。



13 申込み・問合せ

2024年4月2日（火）10:00~4月4日（木）17:15の間に

下記QRコードから申し込んでください。



※読み取れない場合は、①Google 検索カメラで読み取ってください。
又は、②お電話で下記にお問合せください。

今年度から
抽選方式・
QRコード
での申込に



《連絡先》

〒743-0011

光市大字光井1941-1 光市総合体育館内

（公財）光市スポーツ振興会

TEL (0833) 72-9100

※平日8:30~17:15（土日祝日お休み）

■各コースとも申込人数が定員を超えた場合は抽選となります。4月11日（木）に抽選結果をメール（ドメイン名@gmail.com）で通知します。メールのブロック設定等されている方はメールが受け取れるよう事前に設定を変更してください。

通知が届かない場合は ①迷惑メールフォルダを確認、又は ②上記 に連絡してください。

■当選された方はメールでお知らせする期日内に参加料を納入してください。期日内に納入がない場合は当選を無効とさせていただきます、キャンセル待ちの方にご案内させていただきます。