

令和6年度市民講座

プチスポーツ 親子編

親子で、楽しく体を動かしてみませんか？

ダンス、ボール、フープ、バルーンなどを使った全身運動。

親子で一緒に楽しく体を動かします♪

受講料
無料



やってみよう！キッドビクス

子どもたちには楽しい運動遊び
保護者には安全で効果的な
有酸素運動と筋トレ♪



第
1
回

プチスポーツ①

11月2日（土）10：00～11：30

第
2
回

プチスポーツ②

11月16日（土）10：00～11：30

会場：まなび学園 3階 第2・第3中ホール
対象：小学校1・2年生のお子さんと保護者の方

好きな回を
選んで申込み！



講師：菊池 航氏
キッドビクスインストラクター

- 定 員 各回 親子で10組～30名 ※兄弟姉妹に限り、年中・年長さんの参加可能です。
※定員を超える申込みがあった場合は抽選となります。
- 対 象 花巻市内の小学1年生・2年生とその保護者 ■受講料 無料（保険代1人30円）
- 申込期限 令和6年10月22日（火）
- 申込方法 ①専用申込みフォーム
専用申込みフォームに必要事項を入力のうえ、ご送信ください。
※左記QRコードからアクセスできます。
- ②FAX 花巻市生涯学習都市会館(まなび学園) 0198-23-5254までお送りください。
- ③電話 〃 0198-23-4234までお電話ください。



学校名	花巻市立	小学校	学年	年生
氏名	フリガナ			
兄弟姉妹 の氏名	フリガナ			
保護者 氏名	フリガナ	フリガナ		
住所	〒			

申込講座	
11/2 プチスポーツ①	
11/16 プチスポーツ②	

参加を希望する日程に○をつけてください。
※①②とも、同じ内容になります。（重複可）