



キッズあそび&体操教室

10月28日 土



13:00～16:00 (受付：各コースの開始30分前)

会場：札幌国際大学 (第一体育館)

主催：札幌国際大学・清田区

講師：竹内由佳 元オリンピック日本代表(器械体操)
：矢代直美 元オリンピック日本代表 (バスケ)
：加藤麻美 健康運動指導士
：竹内力音 アルペンスキー日本代表 (2018-2022)
監修：小林秀紹 健康運動指導士 札幌国際大学教授
補助：スポーツ指導学科・幼児教育保育学科学生



対象 清田区民	未就学児 (3～6歳) コース (定員25名)	小学生コース (定員25名)	大人コース (保護者も参加できます) (定員25名)
13～14時	うごこうキッズ		
14～15時	ボールで遊ぼう	ボールで遊ぼう	ゆるゆら体操
15～16時		うごこうキッズ	

コース参加費：子ども1300円，大人1300円（保護者600円）

「きよたスイーツプチギフト」プレゼント！

【申込方法】▶スマホの方 下のQRコードにアクセスし、申込フォームに入力してください。
▶パソコンの方 札幌国際大学のホームページから申込フォームに入力してください。
※申込受付締切 **10月20日(金) 17時**

札幌国際大学
SIUスポーツクラブ

＼ 詳細はweb サイトにて！ ／
<https://www.siu.ac.jp/>
＼ Emailはこちら！ ／
siu-club@ts.siu.ac.jp



お申し込みはこちら

定員各**25**名. 申込者多数の場合は、抽選により参加者を決定します。

結果は**10月24日(火)**にメールでお知らせします。
メールを受信できるように設定しておいてください。

未就学児
(3~6歳)

小学生対象

走る、跳ぶ、バランスを保つ
多くの動きを体験し、運動神経を養う
「うごこうキッズ」「ボールで遊ぼう」



大人対象

血液や体液の循環が良くなり
新陳代謝が活発になります！
「ゆるゆら体操」



ゆるゆら体操

