

# 親子で運動教室

～親子で脳と身体を使ってみよう～



「脳と身体を使った運動遊び」  
親子でいっぱい楽しんで笑おう♪

運動と脳トレを組み合わせた、“画期的”なエクササイズ「**ライフキネティック**」を活用!!  
「見る・聞く+脳で考えて+行動する」ゲーム感覚で行えるエクササイズです♪  
親子で一緒に体験しましょう!

令和6年7月21日(日)

時間: 10:00~11:30 場所: 武道場兼多目的運動室

対象: 年少~年長とその保護者 定員: 20組

**参加料: 無料**

持ってくる物: 運動できる服装・室内用運動靴・飲み物(水分補給用)・タオル

スポーツトレーナー 山岡 和真

お電話にてお申込みください!

「糸島市運動公園ホームページ」

<https://itoshimashisportspark.jp/>

電話: (092) 321-1755