

いきいきエンジョイ清原 柔道教室



★運動が苦手だけど、そんな自分を変えたい…

こんな方にオススメ!!

⇒**コーディネーショントレーニングで楽しく汗をかこう!**

★親の話を聞かない子供に礼儀作法を身に付けさせたい…

⇒**柔道を通して礼儀を学び、良い習慣を身に付けよう!**

★部活動だけじゃなくて、もっと柔道の練習がしたい…

⇒**意識の高い仲間と一緒に、質の高い稽古をしよう!**

★昔、柔道をやっていて、久しぶりに体を動かしたい…

⇒**柔道を通して広がるコミュニティ、運動不足解消!**

	17:00~18:00	18:00~19:00	19:00~20:00	20:00~21:00
土曜	小学生 コーディネーション トレーニング	小学生Aコース 柔道の基礎練習	中学生~大人 柔道の基礎練習	中学生~大人 柔道の実戦練習 (小学生も可)
		小学生Bコース 柔道を生かした運動	小学生(希望者) 柔道の基礎練習	
備考	・コーディネーショントレーニングと小学生Bコースは柔道着不要です。運動できる服装で気軽にご参加ください。 ・17:00~19:00 が小学生向けの運動中心、19:00~21:00 が中学生向けの柔道の稽古中心となります。 ・17:00~19:00 の小学生の時間に、中学生や大人の方がサポーターとして参加することも可能です。			

場所: 清原中学校武道場(体育館 1 階)

初回見学・体験無料!!

上記時間帯にぜひ見に来てください!!お待ちしています!!(マスク着用をお願いします)

いきいきエンジョイ清原 事務所 TEL:028-666-6231

おかげさまで4周年♪

