

一 般 社 団 法 人

ライズ はしかみ 広報誌

平成28年4月号



日増しに春の暖かさを感じる今日この頃、桜の花が咲き誇り、人の心が浮き立つ時期になりました。小学生の皆さん、ご入学・ご進級おめでとうございます。

新年度を迎え、新しい出発に心を新たにすることも多いと思います。ライズはしかみは、今年度も明るく楽しい事業を展開していきたいと考えております。今後とも、ご支援とご協力のほどよろしくお願いいたします。

第1回！コーディネーショントレーニング教室 開催致します！！

今年度、毎月第4日曜日、全世代を対象とした「コーディネーショントレーニング教室」を行います。コーディネーショントレーニングとは、頭で考えながら、遊び感覚でどなたでも楽しく体を動かすことの出来るトレーニングです。

幼児・児童・生徒は、発育に必要な知育・徳育・体育の基礎能力の向上、成人・高齢者は、運動量の低下による生活習慣病の予防、体力・免疫力の向上を目的として行います。

尚、参加費はございませんので、お友達やご家族をお誘いあわせの上、たくさんの方のご参加を、心よりお待ちしております。

参加費無料!!

☆日時☆

4月24日(日)

☆時間☆

10:00～11:30

☆場所☆

ハートフルプラザはしかみ

☆持ち物☆

飲み物・汗ふきタオル

～ ・ ～ ・ ～ 教室案内 ～ ・ ～ ・ ～

キッズ・アスレチック教室

園児から小学生を対象に、多種多様なスポーツを楽しく体験し、学べます！

チアリーディング教室

小・中学生を対象に、楽しくダンスしましょう！地域のイベントにも参加しています。

バドミントン教室

子どもから大人までどなたでも参加OK！運動不足を解消して、楽しく汗を流しましょう！

フラダンス・ヨガ教室

初心者の方！
運動の苦手な方！
ダイエット・美容に！
ママ友づくりに！
お子様連れでも！
ストレス解消に！

～お問い合わせ～

事 務 所：階上町道仏耳ヶ吠32-21

T E L：0178-32-0147

(町民体育館事務所内)

F A X：0178-32-0157

H P：<http://risehashikami.jp/>

M A I L：info@risehashikami.jp

