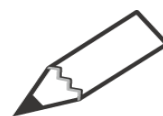


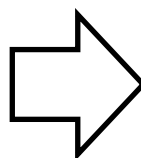
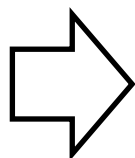
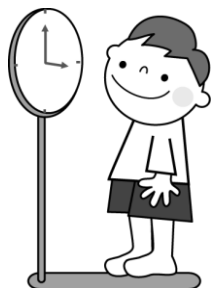
元気スマイルキッズ 2017 プログラム内容

体成分測定 & チャレンジプラン



ステップ2 運動

まずは測定をして
現在の身体のことを知ろう！



バランスの良い食事

挑戦してみたいスクールに参加して
楽しく身体を動かし、
運動習慣を身に付けよう♪

プラン終了後、再測定を行い
新たな目標を見つけ、
さらに健康な身体へ！

○体成分測定○（お子様の現在の筋肉量や脂肪量等を細かく測定します。）

【日 時】 9月10日(日) ①13:00～13:45 ②15:45～16:45

栄養セミナー当日に測定いたしますので、お申し込みの際、
希望時間を指定いただき予約をお取りください。

※セミナーに参加していただき、チャレンジプランをご希望方が優先となります。

○チャレンジプラン○

（各事業団施設で開催されている様々なスクールの中で自宅から通いやすく、お子様にあった
スポーツを無料で体験していただけるプランです。）

【期 間】 平成29年10月度から11月度まで(全8回)

※参加教室によって回数は異なります。

【場 所】 ベイコム総合体育館

6地区体育館(中央・小田・大庄・立花・武庫・園田)

市立屋内プール・シティスポーツクラブ尼崎

【内 容】 器械体操・トランポリン・ダンス・サッカー・テニス・水泳

ドッジボール等ほか種目多数(内1教室のみ)

※セミナー当日にお渡しする教室一覧表からご希望にあった教室を選択していただきます。
ただし、申込者が多数の場合は、ご希望に添えないこともございます。

♪「尼崎市未来いまカラダポイント」もらえます!!♪

チャレンジプラン一回の受講で【10P】(全部参加すると【20P】に☆)⇒詳しくは申込時にお問合せください!