

元気スマイルキッズ2018

☆運動セミナー☆



講師は、田中 満先生とてんちゃん

はじめに運動の大切さや必要性について、教えていただきました。どんなスポーツをするにも、小さい時からの土台作りがなければ上達しない、運動が苦手な子になってしまうそうです。今のうちに遊びを通じて様々な運動経験をさせておくことが、夢への第一歩！！

さあ！体を動かそう♪♪

◎コーディネーショントレーニング◎



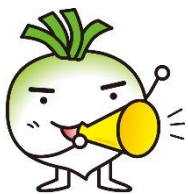
瞬発力、判断力、跳躍力を高めよう！
「グーパージャンプ」



ジャンプとトンネル！！



支持力、体幹力 UP☆
みんなで「ぼなな！」



まずは、体を使って、いつでもどこでもできる体操♪
お母さんやお父さんも、日ごろの運動不足を解消できますよ！

難しいことにも挑戦！

お母さん、お父さんに体を預けて、ゆりかごみたいにゆらゆら♪
体幹力、バランス力、そして何より100%の信頼！！



波乗りサーファー☆