

～ 初心者向けの運動教室 ～

# R4 スポ振キッズうんどう塾 【後期】

スロー・キャッチを  
身につけよう！



**ドッジボール**

前転・後転を  
マスターしよう！



**マット運動**

正しいフォームを  
身につけよう！



**短距離走**

<b>会場</b>	岩手県営武道館 大道場 (盛岡市みたけ3丁目24-1) TEL 019-641-4577		
<b>期日</b>	①ドッジボール 9月5日・12日・26日・10月3日 ②マット運動 10月17日・24日・31日・11月7日 ③短距離走 11月28日・12月5日・12日・19日	全12回 月曜日開催	<b>講師</b> ①藤村 真樹 (高松DBC) ②吉田 浩一 (パレットスポーツクラブ) ③西舘 敦 (サンビレRC)
<b>時間</b>	18:20～19:30 (受付18:00～)	<b>参加料</b>	6,500円 (傷害保険料含む)
<b>対象</b>	小学校2～4年生	<b>定員</b>	32名 ※先着順
<b>申込方法</b>	岩手県営武道館まで電話で申込 TEL 019-641-4577 受付期間: 8月29日(月)～定員に達し次第終了 受付時間: 9:00～19:00 ※水曜休館日	<b>持ち物</b>	・運動しやすい服装 ・屋内用シューズ ・水分補給用飲料 ・タオル

