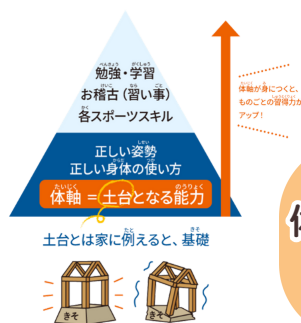


カラダを動かしてリフレッシュ!

しゅうなん 親子DEスポーツ塾

親子で!おうちで!

体軸体操!



体軸 (たいじく)
体操とは?

2025

開催日

4/20 日

運動神経の土台となる”体軸”を作る体操
筋肉のバランスを整え、正しい身体の使い方、
思った通りに体を動かすことが身につくメソッドです!

講師 山崎 仁史

体軸コンディショニング
スクール認定講師
体軸キッズトレーナー
理学療法士



第1部・第2部それぞれ
一家庭につき

500円

(きょうだい、保護者複数名
での参加OK)

参加料

参加対象

●第1部: 9:10~10:20

5歳~小学3年生までの児童とその保護者

【会場】周南市徳山保健センター 1階健診ホール

●第2部: 10:40~12:00

1歳頃までの乳児とその保護者

【会場】周南市徳山保健センター

3階 健康増進室 (和室)

※第1部と第2部、入れ替えて開催

定員

第1部: 50家庭

第2部: 20家庭



周南市スポーツ協会マスコットキャラクター
シューボ

お問い合わせはこちら/
0834-28-0006

お申し込みは
フォームから



(公財) 周南市スポーツ協会 (周南スポーツ活動サポートセンター)
<https://www.shunansupport.com/>