

# アクティブクラブ

～運動神経は遺伝ではなく育てるもの！コーディネーショントレーニングで運動神経を育てよう～

## ？コーディネーショントレーニングとは？

すべての運動の基礎となる「リズム」「バランス」「連結」「反応」「変換」「定位」「識別」の7つの能力を向上させるプログラムです。遊びを通じて様々な動きを経験することで自在に身体を操作できるようになり、あらゆるスポーツに適應できる運動神経を育てます。

### キッズコース (年中児・年長児)

時間・・・15:40～16:30

定員・・・各期8名

参加費・・・各期4,800円

### ジュニアコース (小学1～2年生)

時間・・・17:00～18:00

定員・・・各期10名

参加費・・・各期5,200円

指導：秋田県総合公社職員 (キッズコーディネーショントレーナー)



会場  
秋田県立体育館



## 日程

【第1期】4月～6月 (3月24日受付開始) 【第2期】7月～9月 (6月16日受付開始)

【第3期】10月～12月 (9月15日受付開始) 【第4期】1月～3月 (12月15日受付開始)

## 申込方法

県立体育館のホームページへお進みください。  
右のQRコードからもお進みいただけます。

開催要項の記載内容をご確認いただき、申込フォームからお申し込みください。

申込はこちら



## 受付期間・新規募集について

各期、前回参加者の継続手続き終了後、空きが出た場合に上記受付開始日より新規募集を行います。新規募集の有無、募集人数等はホームページ上に掲載します。