

親子体操教室

—親子の絆のような愛のある
豊かな心と体を目指して—

マリ

毎日忙しく、なかなか子供と一緒に体を動かすことのできない、お父さん、お母さん！
この機会に始めてみませんか？親子で仲良く、
縮んで♪伸びて♪スキスキ“スキンシップ”

親子体操の効果：愛情強化、情緒安定、筋力強化
全身リラックス&ストレッチ

<プロフィール>

福井アカデミアホテル専属の体操インストラクター
親子・子供体操で日本トップレベルの教育団体
OKJの福井唯一の体操指導者として、活躍中！

※資格：OKJ親子・子ども(0~13歳)
トータルマスター指導者



楽しい!

Thank you!!!

嬉しい!

元気!

【日時】 平成26年5月31日(土) 10:00~11:00

【場所】

福井大学文京キャンパス
アカデミーホール

【主催・参加費】

保健管理センター・無料

【参加対象】

教職員(対象2~6才)
親子先着15人

【周知方法】

eofficeにてメール 学内掲示

【プログラム概要】

1. 受付(9:45~)
2. オリエンテーション
3. 親子体操体験

【注意事項】

開始30分前には
お食事を済ませて
おいてください!

【持ち物】

汗ふきタオル・飲み物自由・お子さんの着替え
動きやすい服装(※裸足で行います)

【お申し込み方法】

保健管理センターにて随時受け付け
電話：27-8513(内)(2260)

