

# バトン講習会

## ～体力づくりと脳の活性化～

子どもの体力が低下していると言われている近年。適度な有酸素運動と筋力体幹トレーニングで基礎代謝の向上を図りましょう！そして、バトンという手具を使った手や指先のトレーニングで脳の活性化・リズム感覚へ繋がります。お子様の体力作りを楽しみながら行います。

【日 時】 令和6年12月1日（日）14：15～15：30  
（受付 14：00～）

【場 所】 神戸市立西体育館  
（神戸市西区春日台5丁目436）

【対 象】 4歳以上の幼児・小学生のバトン未経験者 30名  
※必ず保護者同伴でお越し下さい（1名）

【持ち物】 上履き・動きやすい服装・飲み物・タオル  
※バトンはお貸しします

【参加費】 1,000円（プレゼント付き）

★ 申込方法 下記アドレスへメール申込

※申込期間 11月1日（金）～11月15日（金）

応募者多数の場合は抽選とし、抽選結果の発表はメールにて通知させていただきます。

件名：バトン講習会申し込み

本文の中に、氏名・年齢・ご住所・ご連絡先・学校名を記載

主催：神戸市バトン協会

✉ kobebaton.member@gmail.com

協力：（公財）神戸市スポーツ協会

一緒に楽しい時間を過ごしましょう～♪