

7月24日は「スポーツの日」

走る



跳ぶ



投げる



体を動かして元気な心と体をつくらう!!

ISC こども運動教室

1DAY

参加者募集!!

日時 2020年 **7月24日**(祝・金)

(受付開始 10:15) **10:30~11:45**

場所 サブアリーナ いしかわ総合スポーツセンター

料金 **2,000円**(税込)

対象 **年長児(5歳)~小学3年生**

定員 **25名** ※定員になり次第締め切らせていただきます

〈当日の持ち物〉

室内シューズ/飲み物/汗拭きタオル

受講料 ※お釣りのないようにご用意ください

●来館時、全ての皆さまにマスクなどの着用をお願いしています

●観覧については2階観覧席をお願いします

「親子で運動タイム」では、ご家族お一人様に参加していただけます

★特別企画★

15分(11:30頃から)

親子で運動タイム

「お家エクササイズ実践」

自粛明けの体力低下が心配・・・
今だからこそ・・・

ISCが自宅でできる運動をご提案

お子様一人につき、保護者お一人様、
一緒に参加していただけます。

(お子さまだけでもOK)

安心安全のための取り組み

- ①密にならないよう十分な距離を確保し、小グループに分かれて行います
- ②接触を避けた内容で行います
- ③指導員はマスクを着用します
(参加される皆さまにもマスク等の着用をおすすめします)
- ④こまめに休憩や水分補給の時間をとります

【お申込み・お問合せ】

いしかわ総合スポーツセンター 金沢市稚日野町北 222

トレーニングルーム

☎076-268-2420