

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応できる運動神経を育てます。



キッズ



ジュニア



会場

県立体育館

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)

キッズコース (年中児・年長児)

時間 15:40~16:40
(開場15:20~)

定員 10名
参加費 各期5,000円

ジュニアコース (小学1~2年生)

時間 17:00~18:00
(開場16:40~)

定員 12名
参加費 各期5,400円

日程 (3か月間で8回開催)

- 【第1期】 4月~6月 (3月23日受付開始)
- 【第2期】 7月~9月 (6月15日受付開始)
- 【第3期】 10月~12月 (9月中旬~下旬受付開始)
- 【第4期】 1月~3月 (12月中旬~下旬受付開始)

※詳しくは県立体育館ホームページをご確認ください。

申込方法



左のQRコードから県立体育館のホームページへお進みください。
開催要項をご確認いただき、申込フォームからお申込みください。

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。