

令和5年度

わくわく親子体験講座

ライフキネティック

遊びながら「運動」×「脳トレ」×「視覚」 を体験してみよう！

子どもが健全で健やかに成長する過程として、親子で経験し共有することで、心豊かにすることを目的に、親子体験講座を開設します。皆様の参加をお待ちしています！

ライフキネティックって？

ドイツの運動指導者ホルト・ルッツが開発した脳トレのメソッド

これは運動に脳トレを組み合わせたエクササイズで、誰でもできる簡単な動きにより、脳に刺激を与え、脳機能の向上と神経の伝達機能の強化を促します。



日 時：令和6年2月25日(日)10時～11時30分

場 所：中央公民館

講 師：ライフキネティックトレーナー 森 俊 氏

(資格:ドイツ本部公認ライフキネティックトレーナー)

対 象 者：村内在住の親子、又は保護者と子ども(※5才～小学6年生まで)

受 講 料：無 料

申 込 先：中央公民館窓口、又は電話、メールにて受け付けます。

電 話：0175-72-8173

先 着：12組程度(先着順となります)

締 切 り：令和6年2月19日(月)

備 考：中履き、運動しやすい恰好、汗を拭くタオル、飲み物の持参をお願いします。

Mail 申込用 QR

