

開催要項

なつやすみ！はじめてのおやこたいそう！ ～ 初めてでもだいじょうぶ！親子で楽しくたいそう体験♪～

様々な体育器具や体を使い運動への興味付けを行います。親子で一緒に取り組むことで信頼関係を深め、日常では得られない新たな発見や「できた！」の達成感を味わいましょう！

日時 8月14日(木) **とらいクラス** 10:00～ **ちゃれんじクラス** 11:00～
場所 大田市総合体育館小アリーナ
対象 年少～年長のお子さまとその保護者 とらいクラス、ちゃれんじクラス各先着20組
内容 **準備運動 → 親子体操 → ボール運動 → 器械運動(鉄棒・跳び箱など)**
クラスは運動が苦手な子向けと体を動かすことが大好きな子向けの2種類です。
親子参加型のため、お子様とご相談のうえクラスを選択してください。
※年少児は「とらいクラス」を選択してください。

とらいクラス 運動が苦手・初めての子向けクラス(40分)
時間：10:00～10:40 対象：年少～年長

ちゃれんじクラス 体を動かすことが大好きな子向けクラス(50分)
時間：11:00～11:50 対象：年中～年長

費用 1組500円 ※当日会場でお支払いください。

持ち物 運動のできる服装、飲み物、タオル ※裸足で実施します。

講師 りんくすこどもアカデミー 本間利也(ほんまとしや)

申込 8月6日(水)までに以下の方法でお申し込みください。

▶ながの電子申請 右のQRコードからお申し込みください。

▶Eメール お子様の氏名・生年月日・年齢・希望クラス・
保護者の氏名・年齢・住所・電話番号を記載して送信。

▶直接 申込用紙に記入の上、総合体育館へ。

お問い合わせ 大田市総合体育館 電話・有線 22-8855

Eメール sports@city.omachi.nagano.jp

※申し込み後の軽微な連絡はEメールで行います。



ながの電子申請



講師紹介：りんくすこどもアカデミー本間利也(ほんまとしや)

新潟県出身。幼児期に大田市に移り住み、多感な幼少青年期を大町で過ごす。
野球・スイミング・バスケット・ヨット・カヌー(木崎B&G)・スキーなど様々な
スポーツを経験。歌手としてデビュー後、体育指導業界へ転身。首都圏を中心に
延べ2,000人程の子どもたちを指導。「小さい頃から運動の基礎やからだに
ついて学べる環境が、自分の子どもの頃にあったらよかったな」と感じたことを
きっかけに、R7年に地元大田市に起業する。運動の基礎づくりに特化し、
子どもたちのはじめの一步を応援するために「りんくすこどもアカデミー
からだのまなび舎～生きる力を育てる体育教室～(大町本校)」を開校。現在会員募集中。



@KARADA.MANABI

りんくすこどもアカデミー
Instagramアカウント