

【鳥取県民カレッジ連携講座】



## からだづくり教室

指定管理者：(公財)鳥取県スポーツ協会  
鳥取県立倉吉体育文化会館

**よく聞く、運動神経・能力は遺伝ではありません！！**

- ・ 運動が苦手。
- ・ あまり好きではない。
- ・ 運動の基礎を学ばせたい。
- ・ 学校体育の成績を伸ばしたい。



それぞれ運動に対し、考えることはあると思います。身体能力について個人差はありますがよく聞く“運動神経は遺伝”**ではありません。**プレゴールデンエイジ期（小学校低学年）、ゴールデンエイジ期（小学校高学年）での運動経験が大きく影響します。

からだづくり教室では、運動の基礎となる「走る、跳ぶ、投げる」に加えマット運動など複雑な動作を習得し、上手なからだの使い方や成功体験を学ぶこと、運動やからだを動かす楽しさを知っていただくためのプログラムです。

運動の楽しさを経験してみませんか!!

★低学年クラス（小学1～2年生）17時30分～18時30分

★高学年クラス（小学3～6年生）18時40分～19時40分

| 回数 | 1    | 2    | 3    | 4    | 5   | 6    | 7    | 8    | 9   | 10   |
|----|------|------|------|------|-----|------|------|------|-----|------|
| 日程 | 5/10 | 5/17 | 5/24 | 5/31 | 6/7 | 6/14 | 6/21 | 6/28 | 7/5 | 7/12 |

【参加料】2,030円 ※別途保険料800円

令和3年度スポーツ安全保険に原則加入をお願いします。（令和4年3月31日まで有効）

【申込み】令和3年4月1日（木）より受け付けます。

鳥取県立倉吉体育文化会館へお申込みください。 電話 0858-26-4441

【その他】お申し込み後やむをえない場合で、教室の初回開催日の前日までに申請があったもの限り返金します。保険料は原則返金できませんのでご了承ください。返金の際には、申込時の領収書が必要となりますので大切に保管してください。