白 金 地 域 スポーツ教室

上手になりたい！上手になろう！

跳んで★跳んで なわとび教室

なわとびのコツを学んで、今より上手に、素敵に跳べるようになって、なわとびを楽しみましょう。なわとび上手になったら、新学期も楽しみですね！予約はいりません。当日、なわとびと体育館履きを持って、会場に直接来てください。

【日時】平成２９年３月５日(日)

午前１０時～１２時

【場所】白金の丘学園小学校２階

柔剣道場

【講師】日本なわとび協会指導員

★園児や小学校低学年の児童向けの内容です。
前半は、短なわを使った準備運動や技能別の個人技を行います。初級は、前回しとび・後ろ回しとび・交差とび、中級は、あやとび・２重とび・なかよしなわとびです。
後半は、長なわを使って、８の字とび・ダブルダッチ体験を行います。

NAWATOBI is skipping rope. Let's try NAWATOBI with us!

Date : 5th,March,2017 (Sunday).

Time : from 10a.m. to 12p.m.

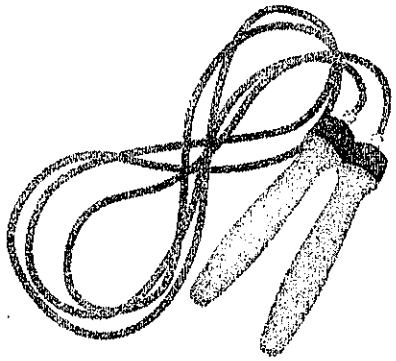
Place: ShirokanenookaGakuen Elementary school 2nd floor.

Fee: Free.

Belongings:Skipping rope, Gym shoes, Training wear, towel,drink.

No reservation is needed.

・参加費は無料（傷害保険は主催者で加入）。
・なわとび・体育館履き・飲み物・汗ふきタオルをご持参のうえ、動きやすい服装でご参加ください。
・誰でも参加できます。小さなお子様連れでもご参加できますが、お子様のお預かりはできません。



【注意】当日会場にて先着順に受付します。傷害保険加入及びスポーツ振興事業の調査等のために、受付の際、所定の用紙に、氏名・住所・電話番号等を記載していただきます。予めご了承ください。
For insurance and sports business research, please list your full name, an address, and a phone number at the reception desk. Thank you for cooperation.

主催：港区教育委員会　　主管：白金地域スポーツ振興運営協議会

連絡先：白金地域港区スポーツ推進委員(Promotion Sports Staff of Shirokane zone)
雨宮真歩(Ms. AMEMIYA　Maho)　080-2091-9393
斉藤秀朋(Mr. SAITOH　Hidetomo)　090-7280-9789
事業に関するお問い合わせ：港区教育委員会事務局
生涯学習推進課スポーツ振興係 03-3578-2752

スポーツくじ toto BIG