

コーディネーション トレーニング教室



★体を動かしながら
★新しい刺激を楽しもう！

コーディネーショントレーニングは、筋トレのように筋肉に負荷をかけるのではなく、神経系に刺激を与え、体をたくみに動かせることを目的としたトレーニングです

日時 弓削商船高等専門学校公開講座

申込方法

10月26日 (土)
9:00~12:00

本校ホームページ内専用フォーム
からお申込みください。

※受付は先着順とし、定員になり次第
締め切らせていただきます。



公開講座HP

場所実施 弓削商船高等専門学校 第1体育館
※管理棟正面玄関へ8:50までに集合

申込期限

参加対象 小・中学生 ※小学1~3年生は必ず保護者同伴

10月11日(金)

保護者の方もぜひご参加ください。
子どもたちと一緒にトレーニングを楽しみましょう！

お問い合わせ先

募集人数 10名程度

※申込が少ない場合は中止にすることがあります
のでご了承ください。

独立行政法人国立高等専門学校機構
弓削商船高等専門学校企画広報室企画係
〒794-2593
愛媛県越智郡上島町弓削下弓削1000
TEL:0897-77-4613
FAX:0897-77-4691
e-mail kikaku@yuge.ac.jp

受講料 無料(付添保護者無料)

持参物 運動ができる服装・体育館シューズ
飲み物・タオル等

講師 弓削商船高等専門学校
総合教育科 富永 亮

※公開講座実施中に係員がスナップ写真を撮影します。
撮影した写真は、本校HP等に掲載する事があります。
掲載に同意いただけない場合はご連絡をお願いします。