

メガロスより、インストラクターをお呼びします

楽しみながら
応用力の高い脳と身体に!
運動センスは後天性!

子どもの未来を育てる体育スクール
MEGALOS MIRAIKU
メガロスミライク

定員
20名

キッズ体操教室

体験会



ウォーミングアップ

身体を温めて集中力を高め、柔軟性を高めます!

ミラリズム

音楽に合わせてラダートレーニング! マルチタスクな才能を!

集団コーディネーション

ゲーム性のある鬼ごっこやボール遊びで動いて、協調性も身に付けよう!

サーキットコーディネーション

サーキットを使って動こう!

ミラジム

「走る・ジャンプ・マット」の3本を柱に運動能力を高める!

令和7年

8.20 水 ① 16:00-16:45
② 17:00-17:45

①と②は
同じ内容です

場所 第2多目的室 **対象** 3歳~小学生未満(未就学児)

参加費 1000円(税込)/1回 **持ち物** 室内履き・飲み物
タオル(フェイスタオル)

体を動かしやすい服装でお越しください (着替え)

お申込み

令和7年7月28日(月)から受付開始

お電話もしくは
コミュニティふらっと高円寺南の受付に
直接お越しください(10~17時)

☎ 03-3316-2421

コミュニティふらっと高円寺南 (愛称: ふらっとすぎはち)

東京都杉並区高円寺南2-40-24

主催: 指定管理者すぎはち共創グループ