

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

9.24 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 ① 3歳～小学生未満(未就学児)  
② 小学1年生～小学3年生

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) (着替え)

☒ 体を動かしやすい服装でお越しください

お申込み

令和7年9月5日(金)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