

# 泳ぎが苦手なお子様救済イベント!

MEGALOS

こども  
みらい  
プロジェクト



What event?

安心・安全な環境で地域のお子様を受け入れ、  
「水が怖い・・・」「プールが苦手・・・」を  
克服できる無料イベントレッスンを  
企画しました。



水って怖くない!!  
プールってたのしい!!  
を体感しよう!

## 日程

9月23日 (月祝) 8:30~9:30

場所: メガロス本八幡 定員: 20名 対象: 小学生

無料  
イベント!

## 当日の流れ(例)

- ① 水着になって集合! ▶準備体操 温水で温かいから安心!
- ② 水慣れ遊び、呼吸の基本動作 ▶まずは楽しく水と仲良くなるよう!基礎の練習をするよ
- ③ けのびの練習 ▶正しい姿勢を覚えれば泳ぎはグングン上達する!!!
- ④ 正しいバタ足の練習 ▶正しいバタ足を覚えてどんどん進めるようになろう!
- ⑤ クロールにチャレンジ ▶できる子は呼吸方法も習得するよ!

Flow of the day

持ち物: 水着・キャップ・ゴーグル・バスタオル

### ■受付■

レッスン2日前の9/21 (土) 20:00まで受付可能

### ■申込み方法■

メガロス本八幡のホームページまたは  
右記の二次元コードよりお申込みください。



メガロス本八幡

〒272-0023  
千葉県市川市南八幡3-14-26

TEL.047-314-0600

受付時間

[月~木] 11:00~20:00 [土] 10:00~18:00 [日・祝] 10:00~18:00

定休日

毎週金曜日・夏期・年末年始

あしたを、つなぐ。野村不動産グループ  
野村不動産ライフ&スポーツ

# お子様の運動能力向上プロジェクト!



What event?

安心・安全な環境で地域のお子様を受け入れ、  
「運動が苦手・・・」「かけっこが苦手・・・」を  
克服できるイベントを企画しました。

## 運動ってたのしい! を体感しよう!



— 走り方 編 —

日 程

9月16日 (月・祝) 8:30~9:30

場所: メガロス本八幡 定員: 10名 対象: 小学生

参加費  
無料

当日の流れ(例) 速く走るためのコツをマスターしよう

Flow of the day

- ①運動ができる服装・水筒を用意して集合→まずは楽しく準備運動!
- ②レクリエーション →遊びを取り入れながらリズム・瞬発力・バランス力UP!
- ③サーキット →走る要素も入れ、様々な道具を使う動きの習得を目指します。
- ④走り方トレーニング →正しい姿勢で走り続けられる練習をします。



■受付■

レッスン2日前の9/14 (土) 20:00まで受付可能

■申込み方法■

メガロス本八幡のホームページまたは右記の二次元コードよりお申込みください。



メガロス本八幡

〒272-0023  
千葉県市川市南八幡3-14-26

TEL.047-314-0600

受付時間

[月~木] 11:00~20:00 [土] 10:00~18:00 [日・祝] 10:00~18:00

定休日

毎週金曜日・夏期・年末年始

あしたの、つなぐ。野村不動産グループ  
野村不動産ライフ&スポーツ