

1月24日(金)

ベビーミライク

ミライク・ミライクRUN

無料体験会

◆ベビーミライク

パパママも一緒に参加！子どもの運動センスをつくるのはもちろん、
パパママの運動不足解消にも★

◆ミライク

バランス、瞬発力、柔軟性等の5つの能力や運動スキル向上が目的！
運動神経を養うプログラム！

◆ミライクRUN

上半身・下半身・全身を使うトレーニング

姿勢保持、床反力、感覚神経、統合性の軸からアプローチ！！

走る為のポイントを事前に確認し、走り方をマスター！！！！

| ベビーミライク | 対象 | 時間 | 定員 | 内容 | 申込 |
|---------|--------------------------------|----------------------------|------------|--|---|
| 1/24(金) | 0歳10ヶ月～満3歳を 迎える3月末まで | 10:15～11:00 | 8名 | 赤ちゃんのうちから様々な動きを 経験し、運動センスをつくります |  |
| ミライク | 対象 | 時間 | 定員 | 内容 | 申込 |
| 1/24(金) | キッズ：3歳～年長 ジュニア：年長～小学3年 生 | 16:00～17:00 17:00～18:00 | 各クラス 8名 | ラン・ジャンプ・マットなど 様々な動きを行い 身体を動かしていきます |  |
| ミライクRUN | 対象 | 時間 | 定員 | 内容 | 申込 |
| 1/24(金) | 小学3年生～中学1年生 | 18:00～19:00 | 8名 | 運動の基礎でもある 「正しい走り方」をマスターします |  |

★受付方法：web・フロント・電話

※各枠先着順での受付となりますので、お早めにお申し込みをお願いいたします。

ご不明点等ございましたら、お電話にてお問い合わせください。

| ベビーミライク | 対象 | 時間 | 定員 |
|---------|----------------------------|----------------------------|------------|
| 1/24(金) | 0歳10ヶ月～満3歳を 迎える3月末まで | 10:15～11:00 | 8名 |
| ミライク | 対象 | 時間 | 定員 |
| 1/24(金) | キッズ：3歳～年長 ジュニア：年長～小学3年生 | 16:00～17:00 17:00～18:00 | 各クラス 8名 |
| ミライクRUN | 対象 | 時間 | 定員 |
| 1/24(金) | 小学3年生～中学1年生 | 18:00～19:00 | 8名 |

| ベビーミライク | 対象 | 時間 | 定員 |
|---------|----------------------------|----------------------------|------------|
| 1/24(金) | 0歳10ヶ月～満3歳を 迎える3月末まで | 10:15～11:00 | 8名 |
| ミライク | 対象 | 時間 | 定員 |
| 1/24(金) | キッズ：3歳～年長 ジュニア：年長～小学3年生 | 16:00～17:00 17:00～18:00 | 各クラス 8名 |
| ミライクRUN | 対象 | 時間 | 定員 |
| 1/24(金) | 小学3年生～中学1年生 | 18:00～19:00 | 8名 |

| 内容 | 申込 |
|--|----|
| 赤ちゃんのうちから様々な動きを経験し、運動センスをつくります | |
| 内容 | 申込 |
| ラン・ジャンプ・マットなど 様々な動きを行い 身体を動かしていきます | |
| 内容 | 申込 |
| 運動の基礎でもある 「正しい走り方」をマスターします | |

| 内容 | 申込 |
|--|----|
| 赤ちゃんのうちから様々な動きを経験し、運動センスをつくります | |
| 内容 | 申込 |
| ラン・ジャンプ・マットなど 様々な動きを行い 身体を動かしていきます | |
| 内容 | 申込 |
| 運動の基礎でもある 「正しい走り方」をマスターします | |