

4/7(水)
START!

対象年齢
3~12歳

からだ^だと^脳の 発育体操教室

運動神経
のもと

“ゲーム感覚”で
7つの能力が身に付く!

バランス能力

空中や動作中に
バランスを保つ能力

定位能力

位置関係を適切に
把握する能力

識別能力

手足や道具を巧みに
使いこなす能力

反応能力

様々な合図に対して
正確な対応を
する能力

リズム能力

音や視覚情報から
動きのリズムを
作り出す能力

連結能力

スムーズに運動を
行う能力

変換能力

動作を素早く
切り替える能力

発育体操 **3**つのポイント

1 神経系の
発達が可能

神経回路を刺激することで、
運動能力がUP!

2 脳の発達
にも効果的!

脳を刺激することで、
集中力がUP!

3 専門種目に
スムーズに移行できる

運動機能の基礎なので、
全てのスポーツにつながる!

運動神経は“育つ環境”で変化する!



発育体操(コーディネーショントレーニング)で改善できます!

コーディネーショントレーニングとは?

複数の動きを同時に行う、神経系に視点を置いたトレーニング方法です。当教室では子どもたちが飽きずに身体を動かせるよう、様々なゲーム性のある動きを取り入れています。夢中になって楽しく遊びながら子どもたちの身体能力UPを目指します。



Coach Profile★

岡田 尚 (おかだ なお) OKACHAN

1984年7月20日生まれ
特定非営利活動法人LASELVAROI 代表

■資格
日本サッカー協会公認C級ライセンス
日本サッカー協会公認キッズリーダー
日本サッカー協会公認キッズインストラクター

■サッカー歴
ACクレック
ブランメル仙台Jrユース(現ベガルタ仙台)
ベガルタ仙台ユース
神奈川大学サッカー部
SC75(仙台市リーグ)
塩釜NTFヴィーゼ(東北1部)
SC75(宮城県2部)



国見スイミングクラブ JACA からだと脳の発育体操教室

対象年齢 3~12歳

日時 毎週水曜日
16:40~17:40

※11月4~5週、年末年始、お盆期間はお休みです。

場所 仙台市青葉区国見3-11-1

電話番号 022-234-5138 **ご予約はお電話で!**

今後、
マット運動も
導入予定です

動画もCheck!



体験レッスン会

無料

開催日 4/7(水)・21(水)

時間 16:40~17:40

	体操教室のみの会員	スイミングスクール会員
入会金	5,500円	—
年会費	2,000円	—
事務手数料	3,000円	—
月会費週1回	5,000円	4,000円

★自由に見学OK!お気軽にお越しください!