

4月の運動教室

**今より運動能力が上がる！！**

## **運動教室**

新年度になり新しい趣味や仕事や部活で運動することが出てくると思います。ここぞ！という時に**怪我が無く動ける体**を一緒に作っていきませんか？

日時：4 / **18** (土) 7時～8時

場所：扇町公園 (関西テレビ側グラウンド)

参加費：大人 2000 円・中学生以下 1500 円

### 【内容】

- ・ 運動能力が上がる姿勢づくり
- ・ 運動能力が上がる動き方 (歩き方や走り方など)
- ・ 運動能力が上がるトレーニング

お申し込みは**こちらから**



子供から大人まで参加 OK！今年から運動を始める方、  
スポーツでお悩みがある方大歓迎！！