

主催：やまびこの森

正しい体の使い方でパフォーマンスアップを目指そう

# スポーツ障害予防 セミナー

参加費500円

ジュニア期に多い痛みやケガを予防する方法と  
正しい体の使い方を学びませんか？

日程

2026. 1.25 日

時間

小学生（4～6年生） 10:00～11:30

中学生（1～3年生） 14:00～15:30

場所

やまびこの森トレーニングセンター 第2スタジオ

定員

小学生：20名（最少遂行人数 8名）

中学生：15名（最少遂行人数 6名）

- 当日は簡単な運動を行います。動きやすい服装でお越しください
- 持ち物は筆記用具、上履き、タオルと飲み物をご持参ください

お申込み

やまびこの森トレーニングセンター 担当：山田・高村

[電話受付時間] 10:00～17:00 [休館] 月曜日

0266-24-5210

申込締切 2026年1月21日(水) 17時まで

- QRコード・お電話・ご来館によるお申込みも受け付けております。
- お申込みは先着順となります。

