

令和6年度 親子で楽しもう

1日だけの
お申し込み
でもOK

土曜日
開催!

HAPPY SATURDAY

親子でスキンシップ、コミュニケーションをはかってみませんか？
たかすぽオリジナルの親子教室プログラムです。

3/27(水)10:00~
電話又は来館にて受付
先着順

親子 ZUMBA



ラテンを中心とした様々なジャンルの音楽に合わせてダンスをしていきます。どなたでも気軽に参加でき、楽しくエクササイズできます。

日時：4月20日(土) 5月18日(土) 9:20~

対象：年少~中学生のお子様とその保護者

親子 ボール 遊び

バスケットボールを使って、遊びながら色々な能力を発見します。さあ、脳をたくさん働かせ、親子でどっちがボールを上手にコントロールできるか競争しましょう。



日時：4月20日(土) 5月18日(土) 10:40~

対象：年中~小学3年生とその保護者

親子 フラ教室



親子で一緒にフラを楽しみませんか？簡単なステップに手を付けて踊ります。ハワイアン音楽に癒されながらからだを動かしてみよう！

日時：6月15日(土) 7月20日(土) 9:20~

対象：年少~小学生のお子様とその保護者

親子で 楽しむ 運動遊び

運動神経は、神経が発達する幼児期にどれだけ体を動かすかによって変わります。運動遊びを通して日常生活の中で親子で出来る遊びを紹介していきます。



日時：6月15日(土) 7月20日(土) 10:40~

対象：年少・年中・年長とその保護者

裏面もご覧ください→

【お問い合わせ】

高津スポーツセンター

〒213-0002 川崎市高津区二子3-15-1

≪受付時間≫ 8:45~21:30 ★休館日 第4月曜日・年末年始(12/29~1/3)
(祝日が月曜日にあたる日は、翌日休館となります。)

☎ 044-813-6531 [HP] <https://takaspo.life>

日にち	時間	教室	定員	対象	参加費
4月20日(土)	9:20~10:10	親子ZUMBA	20人	年少~中学生とその保護者	各日 ペアで 1,300円 3人の場合 1,950円 ※券売機で チケットを ご購入下さい
	10:40~11:40	親子ボール遊び	28人	年中~小学3年生とその保護者	
5月18日(土)	9:20~10:10	親子ZUMBA	20人	年少~中学生とその保護者	
	10:40~11:40	親子ボール遊び	28人	年中~小学3年生とその保護者	
6月15日(土)	9:20~10:10	親子フラ	24人	年少~小学生とその保護者	
	10:40~11:40	親子で楽しむ運動遊び	22人	年少・年中・年長とその保護者	
7月20日(土)	9:20~10:10	親子フラ	24人	年少~小学生とその保護者	
	10:40~11:40	親子で楽しむ運動遊び	22人	年少・年中・年長とその保護者	

場 所：高津スポーツセンター 2階 第1武道室

持ち物：動きやすい服装・飲み物・タオル

※「親子ZUMBA」「親子ボール遊び」は室内専用シューズ(床にあとが残らないもの)が必要です。

【申し込み方法】電話又は来館(先着順) **令和6年3月27日(水)10:00~申し込み開始**
・定員になり次第、締め切ります。

講師紹介



長澤 翼 先生

フィットネスサークルPolaris代表
ZUMBA®ZUMBA®GOLD
インストラクター
ZUMBA® Basic1、Rythm2、
Rythm3 Proskills
ZUMBA® Gold、ZUMBA®Kids



親子ZUMBA教室

山本 辰美 先生

ミニバスケットボール(小学生
バスケット)の指導歴34年
JBA(日本バスケットボール協会)
公認C級コーチ
現在も高津フレンズミニ
バスケットボールクラブで指導



親子ボール遊び教室

加賀尾 元美 先生

フラ指導歴10年以上、アカ
ハイフラスタジオ主宰
当館「みんなのフラ」講師
東京・神奈川のスポーツクラブ
区のスポーツセンターで
レッスンしています。



親子フラ教室

岩野 幸代 先生

日本体育大学体育学部卒業
健康づくり全般のサポート
を行いつつ、コーディ
ネーショントレーニングや
感覚統合を取り入れた
親子体操教室を展開中
当館子供向け体操教室講師



親子で楽しむ運動遊び教室