

(自主事業)

令和7年度リズムジャンプ教室「JOY BEAT」開催要項 ～リズムでステップ！アップ！ジャンプ！～

趣 旨 音楽のリズムに合わせて楽しく体を動かすことで、基礎的な運動能力を身につけ、運動に対する「やる気」を育てる。また、脳の機能や運動能力の向上を目指すだけでなく、リズムに合わせて楽しく運動することでパフォーマンスの向上だけでなくメンタル面でも効果が期待できる。

主 催 田辺中央体育館（有料公園施設等指定管理者）

日 程 全4回

月	日	曜 日	時 間
3	5	木	①17:00～17:45
	12		
	19		②18:00～18:50
	26		

場 所 田辺中央体育館 第1会議室

内 容 音楽のリズムに合わせたステップやジャンプ、また色々な動きを付け加えることによる全身運動や1人やペア、グループで行う色々なバリエーションで楽しく行う運動。

講 師 門司 直子 氏
(一般社団法人スポーツリズムトレーニング協会インストラクター)

対 象 ①キッズクラス 年中（令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれ）～
小学2年生
②ジュニアクラス 小学3年生～小学6年生

定 員 各20人（定員を超えた場合は抽選を行うことがある。）

受 講 料 各クラス2,400円

申込方法 2月25日（水）まで

1. ホームページの申込フォームから申し込み。（<https://kyotanabe-gym.jp>）
2. 直接来館し申し込み。（はがき持参）

そ の 他

- ・受講料は第1回目に体育館受付窓口で徴収。
(一旦納入された受講料は返金しない。)
- ・動きやすい服装（スパッツ等）と屋内シューズ、スポーツタオル、水分補給用の飲み物。
- ・受講者が少数の場合は教室の開催を中止することがある
- ・駐車場には限りがあるため、乗り合わせや公共交通機関を利用。

問 合 先 田辺中央体育館（有料公園施設等指定管理者）
電話（0774）62-1501 FAX（0774）62-1534
〒610-0331 京都府京田辺市田辺丸山19番地
MAIL sec@kyotanabe-gym.jp