

かけっこが速くなるだけじゃない！
いろんな種目に生きる！

かけっこ10種競技 & 運動能力大測定会

参加者募集！

5/23

土

17:45受付 18:00~19:30

場所: 野村運動公園市民体育館 (草津市野村3丁目2-5)

成長期に大切な**運動**を、弊社独自の理論に基づいた
オリジナル運動プログラムで紹介します！

小学生の時期には**ゴールデンエイジ**と呼ばれる時期があります。様々な運動が身につく最大のチャンスの時期です！弊社の有資格者スタッフが独自の理論を基に開発した、楽しくて効果的な**運動プログラム**をご紹介します。

そのほかにも、**運動能力の測定**やレイモンドインターナショナルスクール淡海さまに提供している**英語×運動プログラム**もご紹介！！



担当トレーナー
丸岡 豊
日本協アスレティックトレーナー
健康運動指導士

8~9歳までに神経系の100%
が完成するとされています。

この時期は色々な動作を即座に習得してしまうまさにゴールデンな時期で、将来の運動能力や運動習慣に関係してきます！

弊社独自の理論に基づいた運動能力の測定と運動プログラムをご紹介しますよ！！

- 対象：小学1~6年生
- 定員：30名 (ご予約先着順)
- 参加費：2,000円
- 持ち物：運動しやすい服装とシューズ
飲み物、タオル



私たち**パーフェクト**
トレーナーズです！！

プロチームの他、南草津野村整形外科などでのアスレチックリハビリ、大学トレジムの他『かけっこ教室』『運動脳力向上教室』など子ども向け教室も開催。資格をもったトレーナーが活動している会社です！

ご予約・お問い合わせ

Perfect Trainers

株式会社パーフェクト・トレーナーズ

電

話：077-561-5559

(不在の場合は留守電にお名前連絡先を残してください！)

メー ル：toiawase@perfect-trainers.com

ホームページ：http://perfect-trainers.com



資格を持ったトレーナーだからできる**専門の運動プログラム**を
子どもが大好きな**スタッフが楽しく実践指導**します！



楽しみながら

運動が好きになり、

自然に運動能力向上を
めざします！

5月23日(土)

6月13日(土)

7月11日(土)

3回の教室で定期的に運動能力の測定もします！
運動プログラムの効果を実感してください！

運動指導のスペシャリストが所属するスタッフが考案した
他にはない運動プログラムだから伸びる!!!

ポイント1

アスレチックトレーナーや運動指導の専門資格を持ったスペシャリストが指導！

ポイント2

専門のプロジェクトチームを立ち上げ、独自の理論に基づいた運動プログラムを作成！

ポイント3

定期的な運動能力の測定で向上を実感、お子さんの成長をご確認ください！

オリジナル運動プログラム (例)

<プログラム1>

- ・脚相撲 (骨盤・体幹・コーディネーション)
- ・2人組で向かい合い、脚で押してバランスを崩し合います！

<プログラム2>

- ・スキップ走 (SSC・股関節外転筋力・コーディネーション)
- ・スキップの要領で走ります。タイムを競おう！

<プログラム3>

- ・最後の脱出 (8つ全ての要素を含む)
- ・鬼が並び列を通り抜けて無事に脱出できるか！？

オリジナル運動能力測定 (例)

<測定項目1>

- ・反復跳び (体幹・足関節・SSC・コーディネーション)

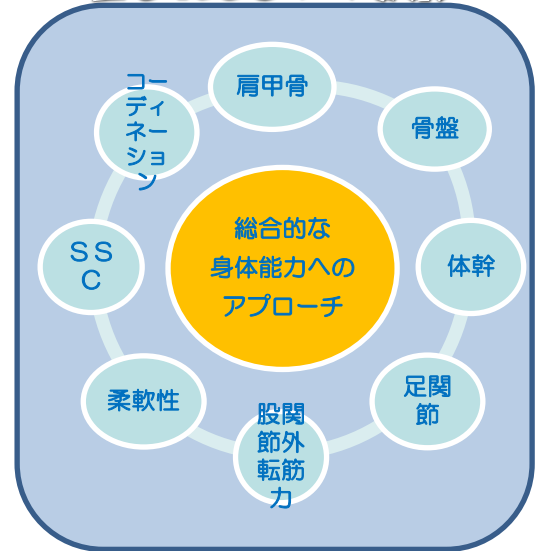
<測定項目2>

- ・片足つま先タッチ (骨盤・体幹・足関節
・股関節外転筋力・柔軟性)

<測定項目3>

- ・トカゲ走り (肩甲骨・体幹・柔軟性・コーディネーション)

オリジナル運動プログラムに 含まれる8つの要素



LEIMOND
International School



レイモンドインターナショナル
スクール淡海さまご紹介

社会福祉法人檸檬会が天津市萱野浦で運営する、プリスクール(2~5歳)とキッズクラブ【学童】(5歳~小3)。未来の日本を担う子どもたちが、グローバルに活躍できるための素地をつくりたい...と、英語中心の環境で行うインターナショナルスクールを運営されています！

英語×運動プログラムを今夏から本格的に導入予定！

<http://www.lemonkai.com> 『入園体験希望者募集中!!!』

英語×運動プログラム

これまでにない、英語で行う運動プログラムを導入！！
体の事を知り尽くしたアスレチックトレーナーなど専門スタッフ
が所属する(株)パーフェクト・トレーナーズだからこそ提供
できるオリジナル運動プログラムに、英語要素をコラボレーション！

英語を学びながら運動能力の向上を目指す、まったく新しい
プログラムです。

Perfect Trainers

株式会社パーフェクト・トレーナーズ