ENJOY

明治市民センター
（雨天決行）

脳トレ！！

10.11 2025 Sat

【参加費】無料
【対象】小学生・保護者
（小学生未満は入場不可）

【講師】上坂実

・スポーツリズムトレーニング協会認定インストラクター
・日本スポーツビジョン協会マスターインストラクター
・ビジョントレーニング協会®ビジョントレーニング®インストラクターPRO
・ビジョントレーニング協会®キッズビジョン®インストラクターPRO

【第一部/リズムジャンプ/定員60人】
時間/10:00-11:00　受付は9:40～
場所/湘南ユナイテッドBC体育室

【第二部/ビジョントレーニング/定員30人】
時間/13:00-14:30　受付は12:40～
場所/4階ホール

※第一部・第二部どちらも定員を超えた場合は抽選となります。

イベントの見どころ

第一部/リズムジャンプ

音に合わせてジャンプ！脳も体もフル回転

【持ち物】室内履き
タオル、飲み物

第二部/ビジョントレーニング

効き目のチェック

【持ち物】筆記用具
タオル、飲み物

第一部/リズムジャンプ

ステップを踏んで集中力アップ！ケガ予防に

第二部/ビジョントレーニング

基本の眼球運動

@SHONAN_VISION_PARK

【企画】Shonan Vision Park
（インスタグラムはこちらから）

【申込】9月16日から9月30日まで
右の二次元コードより電子申請
またはお電話

【問合せ】明治地区青少年ふれあいネットワーク
0466-34-3444　fj-meiji-c@city.fujisawa.lg.jp（平日8時30分から17時まで）