

親子で スポーツすごろくチャレンジ

コロナに負けず元気に育て狛江キッズ

コロナ渦で運動量が減りがちな今、おうちエクササイズのコツを伝授！
プロサッカーコーチ喜熨斗氏の応援メッセージ配信や
家族で楽しむ「スポーツすごろく」をオンライン体験！

A 7月18日(日)

日程

- ①15:00～15:30 ②16:00～16:30
③17:00～17:30 ④18:00～18:30

B 7月23日(金・祝)

日程

- ⑤10:00～10:30 ⑥11:00～11:30
⑦13:00～13:30 ⑧14:00～14:30

※①～⑧はすべて同じ内容です。一回のみ参加できます。

場所 アプリ「ZOOM」と「YouTube」を使ってご自宅で

定員 各回25組程度(先着順)

対象 市内在住・在勤の5～6歳児または小学生とその保護者
(市外の方で参加希望の方は社会教育課までご相談ください(空きがある場合には参加可)。

講師 三浦知良選手パーソナルコーチ、サッカーセルビアA代表フィジカルコーチ
きのし かつひと ……他
喜熨斗 勝史氏

内容 動画配信(保護者向け)

- 喜熨斗氏「コロナに負けず元気に育て狛江キッズ～世界で活躍する名サッカーコーチによる賢く元気になるコツ～」
- 動画配信URLの公開(期間内いつでも何度でも視聴可能)

スポーツすごろく体験! オンラインでやってみよう

アプリ「ZOOM」を使った「狛江市オリジナル スポーツすごろく」体験。インストラクターがレクチャーします。

スポーツすごろくチャレンジ

自宅でスポーツすごろくにチャレンジしてみよう。参加してくれた方にはプレゼントがあります。



お申込み



QRコードからお申込み

締切

A日程: 7月14日(水)まで
B日程: 7月19日(月)まで

必要なもの



カメラ付き
パソコン



スマホ



タブレット



「ZOOM」アプリを
QRコードから
ダウンロード↑