一般財団法人生駒市体育協会
いこ増ッスルクラブ

2019 年度

ちびっこスポーツバイキング

あつまれっ！元気な！いこまっ子

年長コース

遊びを通じて身体の使い方や、身体を動かす楽しさを体感できるメニューをおこないます。（5 種目・全 20 回）

対象 **生駒市内在住**もしくは**市内の幼稚園・保育園**に通園している**年長**の園児（2019 年 5 月時点）／**定員 30 名**

会費 **15,000 円**／年
※年会費・保険料・ユニフォーム代・プール入水料を含む

小学１・２年生コース

対戦したりチームでプレイする種目も加え、スポーツの楽しさを体感すると同時に相手を意識することや心構えを学びます。（7 種目・全 28 回）

対象 **生駒市内在住**もしくは**市内の小学校**に通学している**小学1・2年生**の児童（2019 年 5 月時点）／**定員 30 名**

会費 **21,000 円**／年
※年会費・保険料・ユニフォーム代・プール入水料を含む

申込み方法

いこ増ッスルクラブの申込みフォームもしくはE-mail に 下記枠内の内容を記入の上お申し込みください。
申し込み多数の場合は、抽選とさせていただきます。
入会手続きなどについては、当選された方に別途お知らせします。

①希望コース名　②お名前　③性別
④学年・年齢・生年月日
⑤郵便番号と住所
⑥電話番号（できれば携帯電話）
⑦メールアドレス（できれば携帯メール）
⑧その他・備考

※抽選結果はメールでお知らせしますので、アドレスの記入はお間違えのないようにお願いします。また、携帯アドレスから申し込まれる場合は、ikomuscle@kcn.jp からのメールが受信できるように設定をお願いします。
※同じコースに兄弟・姉妹などで同時参加を希望される場合は、それぞれのお子様の内容をご記入ください。

申込み期間

2019 年 4 月 1 日（月）～4 月 22 日（月）

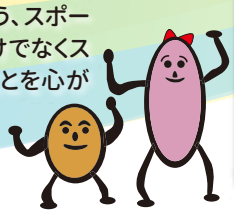
一般財団法人生駒市体育協会
いこ増ッスルクラブ ☎ 0743-73-8822
〒630−0266
生駒市門前町 9-20（生駒市体育協会滝寺 S.C. 体育館内）
FAX. 0743-73-8823　e-mail. ikomuscle@kcn.jp
公式 HP. http://www.ikomuscle.jp/

後援　生駒市・生駒市教育委員会

プレ・ゴールデンエイジはいいことといっぱい！

プレ・ゴールデンエイジとは、年長から小学２年生までの子どものことをいいます。人間の成長の中で一度だけ訪れる神経系の発達が著しくみられる貴重な時期でもあります。

ちびっこスポーツバイキングでは、子どもの頃から色々なスポーツを体験できるよう、スポーツを始めるきっかけとなるような初心者向けメニューを多数用意し、一つの競技だけでなくスポーツ全般の楽しさを知ってもらい、生涯にわたりスポーツを好きになってもらうことを心がけています。また、市内の違う地域の子どもたちと一緒にスポーツをすることで、他では得ることのできない多くの経験をし、元気な“いこまっ子”を育みます。



指導協力団体

- 生駒市卓球協会
- 小瀬クラブ
- 生駒市テニス協会
- 生駒市ラグビーフットボール協会
- ならスポーツネットワーク
- TAC きらめき
- ARPS（アープス）

年長コース

ポンポンテニス キッズ用の軽いラケットやボールを使います。 ラケットにボールが当たる楽しさを体感！ 生駒市テニス協会のインストラクターが指導します。	日時	5月16日(木)、23日(木)、30日(木)、6月6日(木) ／17:15～18:45 ※雨天予備日：7月11日(木)、18日(木)、25日(木)、8月1日(木)		
	会場	イモ山公園テニスコート （北田原町 2476-8）	持ち物	運動ができる服装、運動靴、タオル、飲み物 ※ラケット、ボールは主催者側で準備します。
かけっこ遊び（陸上） かけっこなどをしながら、体力づくりやスポーツの心構えを指導します。全国大会出場経験豊富な「ならスポーツネットワーク」のインストラクターが指導します。	日時	6月12日(水)、26日(水)、7月3日(水)、10日(水) ／18:00～19:00		
	会場	総合 S.C. 体育館 （小明町 1807-1）	持ち物	運動ができる服装、運動靴、タオル、飲み物
プールでちゃぷちゃぷ（水泳） 水に慣れることから、スイミングの楽しさを伝えます。市の温水プール管理者「TAC きらめき」のインストラクターが万全な安全管理のもと、指導します。	日時	11月24日(日)、12月1日(日)、8日(日)、15日(日) ／10:00～11:30		
	会場	井出山屋内温水プールきらめき （小平尾町 956-1）	持ち物	水着、タオル、飲み物 ※水泳帽・ゴーグルがあれば持参してください。
コーディネーション プレ・ゴールデンエイジの年代に最も重要とされる、自分の身体で感じる感覚をフルに使った運動をおこないます。子どもの運動指導のスペシャリスト「ARPS（アープス）」のインストラクターが指導します。	日時	①心と体をつなげる運動 9月3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火) ／16:30～17:30 ②用具を使った運動 10月1日(火)、8日(火)、15日(火)、22日(火) ／16:30～17:30		
	会場	総合 S.C. 体育館 （小明町 1807-1）	持ち物	運動ができる服装、上靴、タオル、飲み物

小学1・2年生コース

かけっこ＆鬼ごっこ（陸上） かけっこなどをしながら、体力づくりやスポーツの心構えを指導します。全国大会出場経験豊富な「ならスポーツネットワーク」のインストラクターが指導します。	日時	5月15日(水)、22日(水)、29日(水)、6月5日(水) ／18:00～19:30		
	会場	総合 S.C. 体育館 （小明町 1807-1）	持ち物	運動ができる服装、運動靴、タオル、飲み物
エンジョイテニス テニスの楽しさを存分に味わおう！ 生駒市テニス協会のインストラクターが指導します。	日時	6月13日(木)、20日(木)、27日(木)、7月4日(木) ／17:15～18:45 ※雨天予備日：7月11日(木)、18日(木)、25日(木)、8月1日(木)		
	会場	イモ山公園テニスコート （北田原町 2476-8）	持ち物	運動ができる服装、運動靴、タオル、飲み物 ※ラケット、ボールは主催者側で準備します。
ミニラグビー “ラグビーボールで遊ぼう”神経系の発達の為に必要なコーディネーショントレーニングをラグビーボールを使って指導します。コンタクトプレイが無いので安心です。タグラグビーもあります。	日時	7月21日(日)、28日 (日)、8月4日(日)、11日(日) ／10:00～11:30		
	会場	むかいやま公園体育館 （萩原町 673）	持ち物	運動ができる服装、上靴、タオル、飲み物 ※ボールは主催者側で準備します。
コーディネーション プレ・ゴールデンエイジの年代に最も重要とされる、自分の身体で感じる感覚をフルに使った運動をおこないます。子どもの運動指導のスペシャリスト「ARPS（アープス）」のインストラクターが指導します。	日時	①心と体をつなげる運動 10月29日(火)、11月5日(火)、12日(火)、19日(火) ／16:30～17:30 ②用具を使った運動 11月26日(火)、12月3日(火)、10日(火)、17日(火) ／16:30～17:30		
	会場	総合 S.C. 体育館 （小明町 1807-1）	持ち物	運動ができる服装、上靴、タオル、飲み物
楽しくピンポン（卓球） 卓球を楽しみながらハイレベルなテクニックを体験！小瀬クラブおよび生駒市卓球協会のインストラクターが指導します。	日時	1月9日(木)、16日(木)、30日(木)、2月6日(木) ／16:15～17:45		
	会場	滝寺 S.C. 体育館 （門前町9－20）	持ち物	運動ができる服装、上靴、タオル、飲み物 ※ラケット・ピン球は主催者側で準備します。
プールでスイスイ（水泳） 水に慣れることから、スイミングの楽しさを伝えます。市の温水プール管理者「TAC きらめき」のインストラクターが万全な安全管理のもと、指導します。	日時	2月2日(日)、9日(日)、16日(日)、23日(日) ／10:00～11:30		
	会場	井出山屋内温水プールきらめき （小平尾町 956-1）	持ち物	水着、タオル、飲み物 ※水泳帽・ゴーグルがあれば持参してください。

※指導者の都合、会場都合、天候などにより日程・内容変更や中止になる場合があります。