

YMCA キッズスポーツ無料体験会

参 加 者 募 集

クラスラインナップ

日程	体験クラス	時間	場所	対象	定員	参加費
5月1日(木)・2日(金) のいずれかを お選びください	アクア小学生	15:30~16:30	YMCA 2階プール	小学生	各 20 名	無料
	アクア幼児	16:50~17:50		年中・年長		
	フロア幼児	15:30~16:40	YMCA 3階体育館	年中・年長		
	フロア小学生	16:50~18:00		小学生		

アクアティック

たくさん遊んでプールが”大好き”になる！

YMCAのアクアティッククラスは、ウォーターセーフティー（水の事故から命を守ること）の考えを基盤にプログラムを行っています。様々な遊びを通して、水への恐怖心をなくすことで『脱力・潜る・浮かぶ』などの水中でのボディバランスや『吸う・止める・吐く』の呼吸動作を身につけ、その後の泳法習得に繋げていきます。今回の体験会ではお子様に、プールは気持ちよく、楽しい場所だということを知ってもらいたいと思います。

○持ち物・・・水着・水泳キャップ・バスタオル・ビニール袋・ゴーグル（任意）

○内 容・・・水慣れ、顔付け、潜り、浮き身、バタ足、クロールなどお子様のレベルに合わせて段階的に指導します。

フロアスポーツ

色々な種目から自分の”好き”が見つかる！

YMCAのフロアスポーツクラスでは、器械体操、クライミング、トランポリン、ダンス、ボールスポーツなど様々なプログラムを展開しています。幼少期に様々なスポーツを経験することで、お子様の将来の可能性を広げてほしいと願い、プログラムを行っています。今回は器械体操（跳び箱・マット・鉄棒）を体験します。お子様の『好き・得意・やってみたい』に出会うきっかけになると幸いです。

○持ち物・・・上靴・水筒・汗拭きタオル（ジャージなど動きやすい服装でお越しください）

○内 容・・・跳び箱：開脚跳び、マット：前・後転、鉄棒：前回りなどの初歩からお子様のレベルに合わせて指導します。

○申込について

事前の申し込みが必要になります。

4月26日(土) 9:00~4月30日(水) 20:00（※日・祝は休館日）に電話（011-561-5217）もしくは、YMCA1階受付にて希望のクラスをお申込みください。（先着順）

アクアティック・フロアスポーツ両方に参加することができますが、同一カテゴリークラスの体験は1回のみとなります。

○送迎について

無料送迎バスもございます。ご希望の方は申込時にお申し出ください。停留所・時刻はこちらのQRコードをご参照ください。

お車での越しもできます。（有料駐車場あり）

○保護者の方へ

プールサイド・体育館で見学できます。

プールサイドは裸足で、体育館は上履き（スリッパ等）をご持参の上お越しください。

公益財団法人 北海道 YMCA

札幌 YMCA ウエルネスセンター

〒064-0811 札幌市中央区南 11 条西 11 丁目 2-5 TEL 011-561-5217 FAX 011-563-0041

