



# フレンドリースポーツクラブ紹介

活動を通して豊かな心と健康で元気な身体づくりを目指します!!

元気に挨拶が出来る子ども!!

お話を聞いて考えて行動出来る子ども!!

失敗を気にせずチャレンジし頑張れる子ども!!

幼児期、児童期に発達するコーディネーション能力を身につける!!

遊びを通してコミュニケーション能力を発達させ心の豊かな子どもに育てます!!

- 徒手体操 (柔軟体操等、運動の基礎になる身体作り)
- 陸上 (速く走る、機敏に走る、力強く走る)
- マット (前転、開脚前転、後転、開脚後転、側転、倒立)
- 跳び箱 (よじ登る、跳ぶ)
- 鉄棒 (ぶら下がり、前回り、逆上がり、連続回り)
- なわとび (短縄、大縄、ダブルタッチ)
- ボール (投げる、捕る、ドッジボールを始めとする集団競技)



## 教室のご案内

クラブまでお問い合わせ下さい!!

財団法人 日本スポーツクラブ協会加盟  
育てる会 フレンドリークラブ  
〒132-0024  
東京都江戸川区一之江 3-2-38-501  
TEL 03-5663-1512 FAX 03-5663-1513  
<http://www.friendly-club.com>

## 希望者による

遠足(春、秋)

キャンプ合宿・

雪遊び合宿・

スキー&スノーボード合宿

親子スキー合宿



がんばる自分が、もっと楽しくなる。



**SPORT CLUB**  
スポーツクラブ

