

# なかよしクラブ

対象：小学5年生～中学生



個の運動レベルに応じて、豊富な運動量とメニューで体力の向上・種々の運動感覚の習得・体幹（姿勢）や筋力の向上を目指します。

高学年や中学生になっても、運動する機会をとりたい方を対象とした教室です。

自ら意識して身体を動かすことや、運動を通じてコミュニケーション能力の向上も図ります。

運動習慣づくり・社会性向上をサポートします。