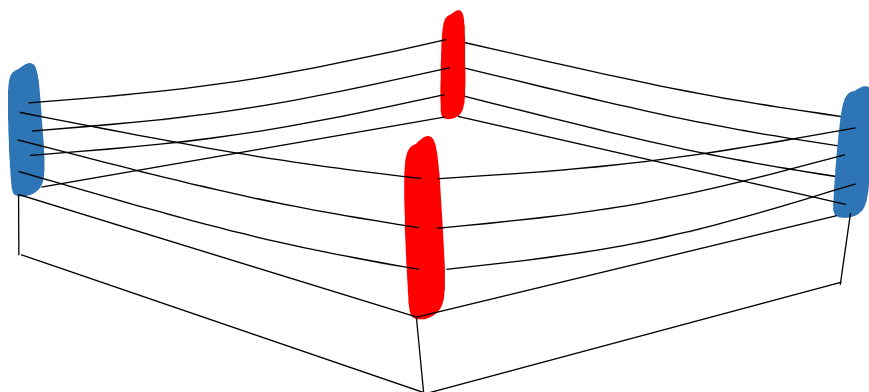


今年もパンチも打てる！

アマガサキ式 ビジョントレーニング @尼崎ボクシングジム



ビジョントレーニングとは

眼球を動かす筋肉を鍛えることで、目標物を的確に捉えたり、目からの情報を脳で処理して体を動かす運動機能を向上させるものです。

アスリートやスポーツ選手だけでなく、発達期の子どもたちや発達障害の子どもたちの学力、運動能力の向上にも有効であると活用が広がりつつあるそうです。

- 📅 日時 令和3年8月9日(月・祝)午前9時～9時45分
- 👤 講師 宇久正治センセイ(尼崎ボクシングジム会長)
- 📍 会場 尼崎ボクシングジム(水堂町2-37-1)
- 👥 定員 4人(小学校低学年)※コロナ対策のため見学はお子様一人につき1人まででお願いします
- 🎒 持物 体育館シューズ、タオル、水分、動きやすい服装
- 📄 申込 尼崎市役所 武庫地域課

☎6431-7884 もしくは ama-mukoc@city.amagasaki.hyogo.jp
(電話は平日9時～5時半まで。申込期日8月6日)

2021.8.9 **参加費 無料** **AM9-945**