

コーディネーション トレーニング

バランス能力、リズム能力、反応能力など、
身体の様々な能力を向上させてみましょう！
脳と神経の回路を刺激して、身体能力を向上
させるトレーニングです。
気軽に始められるところからスタートします
ので、安心して参加して
ください！

担当：中尾先生

