

ママジョギ!



ママ・ジョギーニョDAY開催決定!

お母さんたちもジョギーニョを楽しみましょう



ジョギーニョとはポルトガル語でミニゲームのことです。ブラジルでは毎日、小さな子どもから大人までが一緒になってジョギーニョを楽しんでいます。

まつひだいスポーツクラブでは「ママ・ジョギーニョDAY」という形で、お母さんたちが安全に楽しくサッカーできる環境を提供いたします。

年齢、経験関係なし! 初心者の方大歓迎!



木曜10時はママジョギで楽しくサッカー! 体も気分もリフレッシュ!

日頃の運動不足とストレスを解消しませんか?

ママ・ジョギーニョDAY 開催要項

主催	NPO法人 まつひだいスポーツクラブ
目的・趣旨	世代・性別を問わずサッカーを安全に楽しめる環境を提供し、健康増進と良いコミュニケーションづくりの場となることを目的とします。
日時	木曜日 10:00~11:00 (不定期ですが、月2回程度) ※当クラブHPにて日程を掲載します。
会場	トミーフットサル松戸 インドアコート
費用・参加方法	500円(現金)を持って直接会場に来てください。(1人1回500円)
内容	※ウォーミングアップ、簡単な技術練習、ジョギーニョ、クーリングダウン 楽しみながらウォーミングアップをし、簡単な技術練習をすため、スタッフも一緒にまざってジョギーニョします!(1~2名のスタッフで対応します)
初回開催日	<u>5月13日(木)</u> 10:00~11:00
特徴	1 <u>誰でも参加OKです!</u> お子様がまつひだいSCに所属していない方でも大丈夫! お友達の方も誘って楽しく汗を流しませんか? 2 <u>いつ来てもOKです!</u> 毎回来ても月1回だけでも参加OKです! 3 <u>インドアで1時間!</u> インドアだから雨でも大丈夫!時間も1時間なのでちょうどよい!
連絡事項	※1 怪我をした場合 各自の保険で対応していただくか、スポーツ保険に加入していただきます。 (1800円で代行いたします。 保険適用期間 2011/3/31まで) ※2 人数があまりにも多くなった際は、登録制または予約制とさせていただきます。
お問い合わせ	まつひだいスポーツクラブ TEL/FAX 047-387-1376 Email matsuhidai_sc@mtj.biglobe.ne.jp