

運動能力の向上を目指し  
コーディネーショントレーニングや  
フィジカルトレーニング、  
そして  
走力アップへ向けた走り方講座の  
入門編を提供します。

協力：一般社団法人 福島スポーツアカデミー  
講師：FSAマルチトレーニングスクール  
増子コーチ



マルチ

トレーニング

教室

2026年

1月16日(金)

18:00~19:00  
(受付17:45)

参加費：500円  
(保険含む、ドリンク1本付)



効果的な運動用具を使って楽しく能力up

- 対象学年：小学生のお子様
- 会場：郡山市青少年会館 プレーホール(郡山市大槻町)
- 定員：10名
- 持ち物：屋内用シューズ、運動ができる服装、タオル等
- 参加申込：  
2025年12月13日(土)9時~12月27日(土)16時  
お電話・窓口からも応募可能です。
- 応募者多数の場合は抽選となります。  
結果は当選者にのみ1/4 までにお知らせいたします。

QRコードからお申込ください



学校法人国際総合学園  
FSG指定管理事業部

郡山市青少年会館 〒963-0201 福島県郡山市大槻町字漆棒 82 番地  
☎024-961-8282

当施設は学校法人国際総合学園(FSG カレッジリーグ)が指定管理者として郡山市から委託を受け管理・運営を行っています。

(学校法人国際総合学園 FSG カレッジリーグ 西部地区指定管理部)

<https://kwest.jp>