

# 2022 거창군체육회

## 어린이체능 · 청소년체력교실 모집안내

어린이체능교실	인원	대상	수업일시	교육장소
초등체육교실	20명	초등학생	매주 토 10:30~12:00	중앙운동장 내 트레이닝실
교육내용	공놀이, 달리기, 줄넘기, 매트운동 등 소도구를 이용한 다양한 신체활동 및 체육 활동을 게임형식으로 진행하는 기초체력증진 프로그램			
유아체육교실	6·7세 각 12명	6·7세 유아	매주 토 6세 9:00~9:40 7세 9:40~10:20	중앙운동장 내 트레이닝실
교육내용	음악, 율동, 소도구를 이용한 다양한 움직임 및 단계활동, 게임등을 통해 유아들의 건강한 신체발달 및 움직임 욕구를 해소할 수 있음			

청소년체력교실	인원	대상	수업일시	교육장소
보디빌딩	10명	고등학생	매주 토 1타임 10:00~10:50 2타임 11:00~11:50	뉴에스에이짐 엘스장
교육내용	다양한 맨몸운동과 웨이트 머신을 이용한 신체사용법 및 신체밸런스 강화			

- 운영기간 : 2022. 5. 14(토) ~ 2022. 7. 30(토) (12회 진행)
- 접수기간 : 2022. 5. 9 (월) ~ 2022. 5. 13(금)
- 수업료 : 무료
- 접수방법 : 전화 및 방문접수 선착순 9:00~ (방문접수 우선)
- 준비물 : 편안복장, 실내운동화, 개인 물
- 유의사항 : 많은 학생들의 혜택을 위해 3회 이상 결석 시  
수업명단에서 제외됩니다.
- 문의사항 : 거창군 체육회 ☎ 940-3927 / ☎ 070-4242-3617  
※ 위 일정은 상황에 따라 변경 될 수 있음