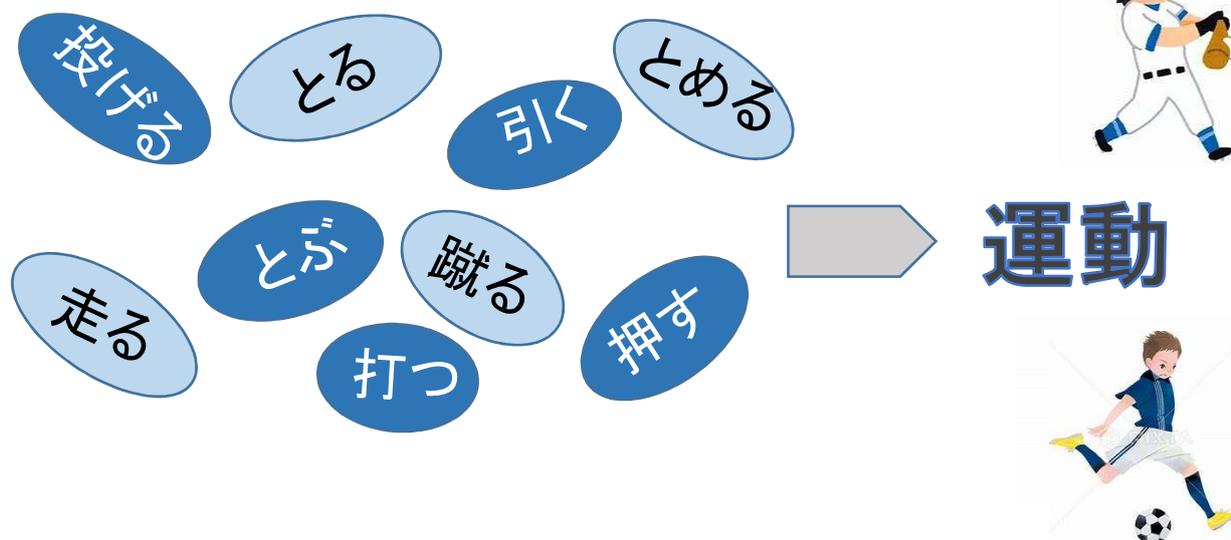


# 野球・サッカー合同体験会

青墓野球少年団  
赤坂野球少年団  
FCヴィオーラ

## あつまれ、子どもたち！

コロナで失われた運動環境を取り戻そう



Q: 脳にとって最高のエクササイズとは何か？

A: からだを動かすこと。つまり運動である。

- ・運動が脳を強化する
- ・身体を動かすことほど脳に影響を及ぼすものはない
- ・脳は頭を働かせようとするより、身体を動かすことでこそ威力を発揮する器官

アンデシュ・ハンセン  
(新版・一流の頭脳 運動脳より)

**日時: 令和7年 2月 1日 (土)**

**9:45受付 10:00~11:30**

**会場: 青墓小体育館**

**準備: 運動ができる服装、体育館シューズ(裏をきれいにした運動靴で可)**

**対象: 年中、年長、小学1年~3年(4~6年も可)**

**参加費: 無料**