



メロー
@宮前スポーツセンター

このガイドブックは「宮前区公式YouTubeチャンネル」と連動しています

宮前区チャンネル 🔍 検索

Message for 宮前Kids～宮前区の子ども達へ～

三苫薫選手 (川崎フロンターレ・MF)	KATSU 1さん (B-Boy)	山崎佳菜子選手 (川崎WSC)
～中学生の皆さんへ～ジュニアアスリートのトレーニング術		
怪我を減らすために 柔軟性を高めよう!!	基本動作を身につける トレーニング!!	

⏮ ⏪ ⏩ ⏭ ⚙ ⚡

発行:宮前区役所 地域振興課
制作:有限会社フラップ
協力:ファンズスポーツクラブ宮前
発行日:2021年3月10日



コスミン
@フロンタウンさぎぬま

宮前ふれあい MIYAMAE SPORTS スポーツ BOOK

宮前区民のための
スポーツ情報ガイドブック

