



「考える力」を育む 独自プログラム

# 8LABO ACADEMY

体幹×バランス×集中力を“楽しみながら”伸ばす！



後援 松山市 松山市教育委員会



## ① 「脳×運動」で“考える力”を育てる！

運動を通して「脳」を刺激し、思考力・判断力・集中力を育てます。  
脳の神経回路を活性化し、“考えて動く”習慣を身につけることで、学習にも良い影響をもたらします。  
楽しみながら「脳」と「体」を一緒に鍛えるプログラムです！



## ② 「36の基本動作」で動きの土台を作る！

子どもの発達に欠かせない36の基本動作をバランスよく体験。  
様々な運動を通して体の使い方を学び、どんなスポーツにも対応できる基礎を育てます。  
“動きの土台づくり”は、運動が得意な子も苦手な子も大切な第一歩です。

「36の基本動作」とは？

「走る・跳ぶ・投げる・捕る・転がる・支える」など、日常やスポーツに共通する36種類の動きのことです。

## ③ 「できた！」の成功体験を得られる！

一人ひとりのペースでチャレンジし、“できた！”を積み重ねて自信に！  
失敗を恐れずチャレンジする経験が、自信と笑顔につながります。  
明るく前向きな雰囲気の中で、心も体もぐんぐん成長します！



内容 基本動作、体幹、バランス、コーディネーション など

学年 小学1年生～小学6年生

定員 約10名(予定)/回

参加費 1,000円/回



プログラム監修



林  
トレーナー歴  
京都サンガF.C. アカデミー  
愛媛マンドリンバイレーツ  
東北楽天ゴールデンイーグルス  
愛媛県スポーツ医科学センター など

【主催】8LABO

地域密着型の運動&健康作りサポート団体  
子ども向けスポーツ教室や企業向け健康支援など幅広く活動中

H P <https://8labo-academy.jimdosite.com>  
メール [8labo.academy@gmail.com](mailto:8labo.academy@gmail.com)



## こんなお子様にオススメです！

- ✓ 運動が苦手
- ✓ 基礎体力を向上させたい
- ✓ 身体の使い方を学びたい
- ✓ 走るのが速くなりたい
- ✓ メイン競技のパフォーマンスを上げたい

### 桑原会場

桑原公民館  
松山市桑原2丁目6-35

- ①3/16(月) 17:00~17:50 【Gクラス】
- ②3/16(月) 18:00~18:50 【Dクラス】
- ③3/30(月) 17:00~17:50 【Gクラス】
- ④3/30(月) 18:00~18:50 【Dクラス】

### 石井会場

石井小学校  
松山市東石井6丁目8-52

- ①3/16(月) 19:30~20:20 【Dクラス】

### 城北会場

清水小学校  
松山市清水町3丁目15-15

- ①3/10(火) 19:20~20:30 【Aクラス】

## クラスのご案内

【Gクラス】 Growth : 基礎クラス

脳と身体の基礎を育て、運動を楽しむ。

【Dクラス】 Development : 発展クラス

脳と身体の働きを高め、考えて動く力を伸ばす。

【Aクラス】 Athlete : 競技者クラス

脳と身体を鍛え、スポーツに活きる動きを磨く。

### 久米会場

久米公民館  
松山市鷹子町823

- ①3/17(火) 17:00~17:50 【Gクラス】
- ②3/17(火) 18:00~18:50 【Dクラス】
- ③3/31(火) 17:00~17:50 【Gクラス】
- ④3/31(火) 18:00~18:50 【Dクラス】

### 素鷲会場

素鷲公民館  
松山市中村3丁目2-34

- ①3/26(木) 18:00~18:50 【Gクラス】

### 清水会場

清水公民館  
松山市清水町3丁目170-4

- ①3/27(金) 17:00~17:50 【Gクラス】

※日程の追加や変更があれば、SNS等で随時ご報告いたします。

今回はご都合が合わない場合は、表面の公式LINEに登録をお願いします！

今後の開催日程やイベント情報をご案内いたします。



運動で選択肢を広げ、  
人生を豊かにする。  
今の行動が未来を創る。



## お好きな日程を選んでお申し込みください！

お申し込みはこちらから！



※QRコードからが難しい場合は  
メールにてご連絡ください。

みなさんの可能性は無限大！ご参加をお待ちしております！

### 主な指導者

#### 近平

経歴  
えひめ愛媛のジュニアアスリート修了生  
令和3 インターハイ出場  
令和5 四国総体優勝  
令和5 インターハイ出場



#### 大久保

経歴  
令和4 高知県新人戦 4位  
令和5 インターハイ出場  
令和6 大学総大会(四国) 優勝  
など



過去の開催では  
普段運動習慣がないお子様も  
多数ご参加くださり  
楽しんでいただけました！

### よくある質問 (Q&A)

Q：何を持っていけばいいですか？

A：室内シューズ・水筒・タオル・動きやすい服装でお越しください。

Q：駐車場はありますか？

A：あります。ただ台数に限りがありますので、満車の場合は近隣のコインパーキングをご利用ください。

Q：複数回の申込は可能ですか？

A：可能です。毎回内容は少し変わります。

Q：不定期でしか実施していないのですか？

A：通年での定期コースもございます。詳しくは現地スタッフ、または公式LINEやメールにてお問い合わせください。