

# ケンステップ

運動強度 ★★☆☆☆ 屋内・屋外

「ケンステップ」は、丈夫で柔軟性のあるプラスチック製の輪で、地面に並べることでケンケンパ遊びなどの目印として用います。矢印が付いているため、進む方向の指示ができます。工夫次第で使い方はさまざま。楽しい遊びの中から運動能力向上が期待できます。