

11月・12月 日曜 9:00-10:00

## 学校体育向上教室

### スケジュール



走り方やボールの投げ方など学校体育の向上を目指したクラスです。様々な運動を通じて、お子様の運動技術をサポートします。

- 10月 30日 縄跳び教室  
(縄跳びの基本を練習しよう)
- 11月 6日 縄跳び教室  
(縄跳びを上達させよう)
- 13日 縄跳び&長距離教室  
(走る・飛ぶなどで体力をあげよう)
- 20日 縄跳び&長距離教室  
(縄跳び・マラソン大会)  
※20日はグラウンドで実施します  
(雨天の場合はサブアリーナ)  
※10月30日が11月1回目になります。
- 12月 4日 ボール教室  
(投げかた・とり方)
- 11日 ボール教室  
(遠くになげるコツ・コントロール)
- 18日 長距離教室  
(体力を向上させよう)
- 25日 体力テスト  
(11・12月のまとめ)

担当 近石



お申込みはフロントまで

1ヵ月 3,300円(税込)