

6月・7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。



- | | | |
|----|-----|--|
| 6月 | 4日 | 短距離教室
(スタートダッシュ) |
| | 11日 | 体力向上教室
(障害物競走・サーキットトレーニング)
※サブアリーナで実施します |
| | 18日 | 体力向上教室
(走る・飛ぶなどで体力をあげよう) |
| | 25日 | 体力向上教室
(縄跳び・リレー) |
| 7月 | 2日 | ドッチボール教室
(投げかた・とり方) |
| | 9日 | ドッチボール教室
(遠くになげるコツ・コントロール) |
| | 16日 | ドッチボール教室
(ミニゲーム) |
| | 23日 | 体力テスト
(6・7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)



8月・9月 日曜 9:00-10:00 水分補給は
こまめにしよう!



学校体育向上教スケジュール

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。



【8月度】

- 7月 30日 短距離教室
(スタートダッシュ)
- 8月 6日 体力向上教室
(障害物競走・サーキットトレーニング)
- 20日 リズム教室※サブアリーナで実施します
(音楽に合わせて簡単なステップ)
- 27日 体力向上教室
(縄跳び・サーキット・リレー)

【9月度】

- 9月 3日 バスケットボール教室
(ドリブル、シュート)
- 10日 バスケットボール教室
(シュート・パス)
- 17日 バスケットボール教室
(ミニゲーム)
- 24日 体力テスト
(8・9月のまとめ)

対象年齢:小1~小6

日曜日のクラスはキャンセル待ちとなります。

担当 近石



お申込みはフロントまで

1ヵ月 3,300円(税込)