



日曜日 9時～10時 学校体育向上教室



スケジュール



運動の基本、走り方や投げ方を身につけ、学校体育の向上を目指すクラスです。
また、縄跳びや陸上競技そして、ドッジボール、バスケットボールなど
個人競技や集団競技で幅広いスポーツを体験し基礎運動能力を向上させます。

11月度



3日 **バスケットボール教室** (持久力向上・基本の練習)

10日 **バスケットボール教室** (持久力向上・基本の練習)

17日 **バスケットボール教室** (持久力向上・基本の練習)

24日 **ドッジボール教室** (ミニゲームをしよう)

積極的にボールを
投げる、とる
にチャレンジしよう!

※サフアリーナで実施します。

12月度

1日 **持久力向上教室** (長距離走・縄跳びやシャトルラン)

※サフアリーナで実施します。

8日 **持久力向上教室** (長距離走・縄跳びやシャトルラン)

※サフアリーナで実施します。

15日 **ドッジボール教室** (ミニゲームをしよう)

※サフアリーナで実施します。

22日 **体カテスト**

対象年齢:小1～小6

現在はキャンセル待ちとなります。

お申込はフロントまで。

1ヶ月 3,300円(税込)

