



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。

1月度

5日 縄跳び&持久力向上教室

(縄跳びを上達させ体力向上にもつなげよう)

12日 縄跳び&持久力向上教室

(縄跳びを上達させ体力向上にもつなげよう)

19日 **NEW!** ベースボール教室 (投げる・とる・打つ練習)

身体を動かして
寒さに負けない
身体づくりを目指そう!

26日 **NEW!** ベースボール教室 (投げる・とる・打つ練習)



2月度

2日 ドッジボール教室 (ミニゲームをしよう)

9日 縄跳び&持久力向上教室

(縄跳びを上達させ体力向上にもつなげよう) ※サマアリーナで実施します

16日 縄跳び&持久力向上教室

(縄跳びを上達させ体力向上にもつなげよう) ※サマアリーナで実施します

23日 体力テスト

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)

