

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。

### 3月度

9日

**走り方教室**(腕の振り方・姿勢)



16日

**走り方教室**(瞬発力を向上)

※サブアリーナで行います

23日

**ドッジボール教室**(早いボールを投げる練習)

※サブアリーナで行います

30日

**ドッジボール教室**(投げるとるを上達させよう)

※サブアリーナで行います

### 4月度

6日

**持久力向上教室**(縄跳びやミニハードル)

※サブアリーナで行います

13日

**バスケットボール教室**(パス・ドリブル基本練習)

20日

**ドッジボール教室**(ミニゲームをしよう)

※サブアリーナで行います

27日

**バスケットボール教室**(パス・ドリブル・シュート基本練習)

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。

3月分3,300円(税込)4月分3,850円(税込)