

2021年

7月・8月 日曜日 9:00-10:00



学校体育向上教室スケジュール

- 7月 4日 創作ダンス&リズムカル体操
(簡単な振り付けで創作ダンスを楽しもう)
- 11日 ボール運動教室 (つく・投げる・とるの基本練習)
- 18日 ボール運動教室 (パス・トス・アタックなどの基本練習)
- 25日 縄跳び教室 (前飛び・後ろ飛び・あやとび・はやぶさなど)

朝ごはんはしっかり
食べてきてね!

しっかり水分補給も
しよう!

- 8月 1日 短距離走向上教室 (スタートダッシュ・早く走るコツ)
- 8日 短距離走向上教室 (短距離走のタイムをあげよう!)
- 15日 縄跳び教室 (苦手な飛び方にもチャレンジしよう)
- 22日 体力テスト (縄跳び・スタートダッシュ・長距離) 担当 近石

お申込みはフロントまで。
月4回 2,750円(税込)

