



毎週金曜日 17時～18時



運動能力向上教室



- 1月 8日 ボール運動 (投げる・つく・とる・蹴る・ミニゲーム)
15日 ボール運動 (投げる・つく・とる・蹴る・ミニゲーム)
22日 リズミカル教室 (リズム力向上)
29日 瞬発力向上 (スタートダッシュ)
- 2月 5日 縄跳び教室 (あやとび・交差とび・二重とび)
12日 縄跳び教室 (あやとび・交差とび・二重とび・はやぶさ)
19日 瞬発力向上 (スタートダッシュ)
26日 体カテスト (縄跳び・柔軟・スタートダッシュ・シャトルラン)

対象：小学生 1ヵ月4回 2,750円 (税込)

担当近石