

# 2023年 年末たいそイベントレッスン

幼児・小学生対象教室

No.	日付	教室名	時間	対象	内容・会場	定員	受講料
15	12/23(土)	小学生体力UP講座	10:30 ~ 12:00	小学生	ソフトボール投げ対策	各30名	各800円
16			13:00 ~ 13:50	すべての講座に握力・上体 起こし・長座体前屈対策が 含まれます	反復横跳び・立幅跳び対策		
17			14:00 ~ 15:30		50m走・シャトルラン対策		
18		小学生体力UP講座セット	10:30 ~ 15:30		上記3講座のセットとなります	2,000円	
19	12/25(月)	はじめてトランポリン	15:00 ~ 15:50	年中・年長	基本動作でトランポリンを楽しむクラスです。	30名	各600円
20		はじめてトランポリン	16:00 ~ 16:50	小1~小3	会場：大体育室		
21		鉄棒&跳び箱チャレンジ	15:00 ~ 15:50	年中・年長	鉄棒&跳び箱でステップアップを目指します。		
22		鉄棒&跳び箱チャレンジ	16:00 ~ 16:50	小1~小2	会場：大体育室		
23	12/26(火)	あつまれ年少体操	15:00 ~ 15:50	年少	器械体操の基本に楽しく親みます。会場：ルーム	25名	
24		鉄棒&跳び箱チャレンジ	16:00 ~ 16:50	年中・年長	鉄棒&跳び箱でステップアップを目指します。	25名	
25		鉄棒&跳び箱チャレンジ	17:00 ~ 17:50	小1~小2	会場：スポーツルーム		
26	12/27(水)	あつまれ年少体操	13:00 ~ 13:50	年少	器械体操の基本に楽しく親みます。会場：大体育室	30名	
27		はじめてトランポリン	14:10 ~ 15:00	年中・年長	基本動作でトランポリンを楽しむクラスです。	20名	
28		はじめてトランポリン	15:10 ~ 16:00	小1~小3	会場：大体育室		
29		バルシューレ	14:00 ~ 14:50	年中・年長	ドイツ生まれプログラム。ボールを使って楽しくカラダの動きを学びます。会場：大体育室	30名	
30		バルシューレ	15:10 ~ 16:00	小1~小3			
31	12/28(木)	バルシューレ	10:00 ~ 10:50	年中・年長	ドイツ生まれプログラム。ボールを使って楽しくカラダの動きを学びます。会場：大体育室	30名	
32		バルシューレ	11:10 ~ 12:00	小1~小3			
33		側転&逆上がりチャレンジ	15:00 ~ 15:50	年中・年長	ステップアップを目指します。会場：ルーム	25名	
34	12/25(月) 12/28(木)	テーマパークダンス (全2回)	16:10 ~ 17:00	小1~小3	みんな大好きなテーマパークダンスを楽しく練習します。会場：スポーツルーム 担当：天華	30名	1,200円 (2回)
35	12/25(月) 12/28(木)	テーマパークダンス (全2回)	17:20 ~ 18:10	小4~小6	みんな大好きなテーマパークダンスを楽しく練習します。会場：スポーツルーム 担当：天華	30名	1,200円 (2回)

**【申込方法】 12/8(金)~12/14(木) ホームページ内「イベント」ページからオンラインでお申込みください。**  
12/16(土)16時以降に受講可否結果を配信します。お申込み多数の場合、抽選とさせていただきます。

**【入金方法】** 受講可能メール受信から当日までに2F総合受付にてお支払いを済ませてください。

年末!!

# 小学生体力UP講座

2023年12月23日 土

投



ソフトボール投げ  
対策

10:30~12:00

跳



反復横とび  
立幅跳び対策

13:00~13:50

走



50m走  
シャトルラン対策

14:00~15:30

※すべての講座で、握力・上体起こし・長座体前屈対策を含みます。

【場所】小体育室 【定員】各30名 ※先着順

【料金】各800円 3つセットで2,000円

【申込期間】2023年12/8(金)~12/14(木)

## 【申込方法】

HP内「イベント」からのお申込。

申込多数の場合は抽選。12/16(土)

16時以降に受講可否結果を配信。

歳末

担当: 大山 ちづる

# バルシューレ教室

バルシューレとはドイツ生まれのボールを使用し身体の動き、使い方など遊びを通して自分自身で学んでいく教室です。

先生が教えるより、まずは子どもたちで自由にやってみることに始めます。そこから技術・戦術・体力向上などの能力を高めていくことが目標となります。走るのが苦手、ボールが怖い、など様々な理由で運動が不得意なお子様でも“楽しく身体を動かす”ことから始めましょう！！

**12/27(水)**

**14:00~14:50**

(年中・年長)

¥600 30名

**15:10~16:00**

(小学1年~3年生)

¥600 30名

**12/28(木)**

**10:00~10:50**

(年中・年長)

¥600 30名

**11:10~12:00**

(小学1年~3年生)

¥600 30名

★持ち物: 飲み物 ★場所: 大体育室

**12/8(金)~14(木)申込受付**

ホームページ内「イベント」からお申し込みください

申込多数の場合は抽選となります

12/16(土)に受講の可否を配信いたします

受講が確定しましたら、2F総合受付にて当日までに

現金で受講料をお支払いください