

気温も下がり、すっかり冬らしくなってきましたね！
寒くても天気の良い日はぜひ外に遊びに出かけてください！
運動をすれば体もぼかぼかになりますよ!!



12月の授業内容

今月の目標:今年度最後の跳び箱練習！
どこまで跳び乗れるか、どこまで跳び越せるかに挑戦しよう！

☆年少少・年少クラス <月別集中パート／跳び箱>

11/30,12/1	カエルホップから開脚跳び
12/7.8	ジャンプと腕の力で跳び箱に乗る
12/14,15	グーパージャンプとグーで着地
12/21,22	開脚跳びにチャレンジ

☆年中・年長クラス <月別集中パート／跳び箱>

11/30,12/1	カエルホップから開脚跳び
12/7.8	ジャンプと腕の力で跳び箱に乗る
12/14,15	開脚跳びにチャレンジ
12/21,22	台上前転にチャレンジ

☆小学生クラス <月別集中パート／跳び箱>

11/30,12/1	ジャンプと腕の力で跳び箱に乗る
12/7.8	開脚跳びと着地の練習
12/14,15	開脚跳び、閉脚跳び、台上前転
12/21,22	いろいろな技にチャレンジ

●冬季休業のお知らせ

LAC事務局は『12月27日(金)～1月5日(日)』を冬季休業とさせていただきます。なお、1月4日(土)、5日(日)のレッスンはお配りしている年間スケジュールの通り、実施いたします。
ご不明点がございましたら、LAC事務局までお問合せください。
TEL:03-6661-7238 Email:info@little-athlete.com