

あけましておめでとうございます。
2021年もリトルアスリートクラブをどうぞ宜しくお願い申し上げます！
子どもたちの笑顔のためにトレーナー一同さらに精進してまいります！



1月の授業内容

今月の目標:こまめに水分補給をして、風邪をひかないように気をつけよう

☆年少少・年少クラス <月別集中パート/鉄棒>

1/10	肘を曲げてぶら下がってみよう
1/17	ツバメで肘を伸ばそう。前回りに挑戦しよう
1/24	コウモリや足抜き回りで逆さま感覚を経験しよう
1/31	逆上がりに挑戦しよう

☆年中・年長クラス <月別集中パート/鉄棒>

1/10	肘を曲げてぶら下がろう。前回りでゆっくり降りよう
1/17	鉄棒に体を引き付ける力をつけよう。逆上がりの導入練習
1/24	逆上がりに挑戦しよう
1/31	空中逆上がりに挑戦しよう

☆小学生クラス <月別集中パート/鉄棒>

1/10	肘を曲げてぶら下がりをして腕の力をつけよう
1/17	鉄棒に体を近づける力をつけよう。逆上がりに挑戦
1/24	空中逆上がりに挑戦しよう
1/31	さまざまな技を組み合わせよう。鉄棒を使った遊びを考えてみよう

※新型コロナウイルスのLACでの対策を載せております。会員さま(保護者さま)へのお願いも載せておりますので、ご確認、ご協力を引き続きよろしくお願い致します。

<http://little-athlete.com/information/pdf/info-20200529.pdf>

※共有道具(鉄棒や跳び箱など)の使用につきましては、下記を徹底します。

- ・レッスン開始および終了後に用具のアルコール消毒
- ・使用するパート終了後にお子さま、指導者の手指アルコール消毒