



あけましておめでとうございます。
2020年もリトルアスリートクラブをどうぞよろ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参ります！



1月の授業内容

今月の目標：回転する感覚をたくさん経験しよう

☆年少少・年少クラス <月別集中パート／鉄棒>

1/5	鉄棒にひじを曲げてぶら下がろう
1/12	ツバメでひじを伸ばそう。補助ありの前回りに挑戦しよう
1/19	一人で前回りに挑戦しよう
1/26	逆上がりの導入練習

☆年中・年長クラス <月別集中パート／鉄棒>

1/5	ひじを曲げてぶら下がろう。前回りでゆっくり降りよう
1/12	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
1/19	逆上がりに挑戦しよう
1/26	空中前回り、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>

1/5	ひじを曲げてぶら下がろう。鉄棒に体を引き付ける力をつけよう
1/12	コウモリや足抜き回りで逆さま感覚を経験しよう。逆上がりに挑戦しよう
1/19	空中前回り、空中逆上がりに挑戦しよう
1/26	さまざまな技を組み合わせてみよう。鉄棒を使った遊びを考えてみよう

●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