



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ひ申し上げます！
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：自分の目標を決めよう！

☆年少少・年少クラス <月別集中パート／鉄棒>

1/4,9	鉄棒をしっかり握ってぶら下がろう
1/11,16	ツバメで止まろう。お布団干しに挑戦しよう
1/18,23	前回りに挑戦しよう
1/25,30	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>

1/4,9	鉄棒をしっかり握ってぶら下がろう。前回りでゆっくり降りよう
1/11,16	懸垂で体を鉄棒に近づける。体を鉄棒に引き付ける力をつけよう
1/18,23	逆上がりに挑戦しよう
1/25,30	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>

1/4	前回りでゆっくり降りよう。懸垂で体を鉄棒に近づける
1/11	逆上がりに挑戦しよう
1/18	空中前回り、空中逆上がりに挑戦しよう
1/25	さまざまな技に挑戦してみよう

●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4日(土)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