

暑いが続いていますね!! みなさん、水分補給はしていますか?  
この時期は気温が高くたくさん汗をかくので、こまめに水分補給をして熱中症に気をつけて運動していきましょう!

※8月からは感染予防を徹底しながら、レッスンで行う内容は通常の内容に近づけてまいります。共有の運動用具を使用する際は、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
- ・跳び箱や鉄棒などを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



## 8月の授業内容

今月の目標:暑さに負けず頑張ろう!

☆年少少・年少クラス <月別集中パート/跳び箱>

8/1	跳び箱上り下り。カエルジャンプ練習
8/8	跳び箱にカエルで乗ろう
8/22	ゲージャンプで踏み切りの練習
8/29	開脚跳びに挑戦

☆年中・年長クラス <月別集中パート/跳び箱>

8/1	跳び箱にカエルで乗ろう
8/8	ゲージャンプで踏み切ろう
8/22	開脚跳びに挑戦
8/29	先生と一緒に台上前転に挑戦しよう

☆小学生クラス <月別集中パート/跳び箱>

8/1	カエルと踏み切りの練習
8/8	開脚跳びに挑戦しよう
8/22	閉脚跳びに挑戦しよう
8/29	台上前転に挑戦しよう

※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>