

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:鉄棒をつかってたくさん運動をしよう！

☆年少少・年少クラス <月別集中パート/鉄棒>

1/9,10	鉄棒でダンゴムシに変身してみよう
1/16.17	鉄棒の上に乗ってツバメで止まってみよう
1/23,24	1人で前回りをしてみよう
1/30,31	逆上がりに挑戦してみよう

☆年中・年長クラス <月別集中パート/鉄棒>

1/9,10	1人で前回りをしよう
1/16.17	逆上がりの練習をしよう
1/23,24	高い鉄棒や低い鉄棒でも逆上がりをしてみよう
1/30,31	連続で逆上がりをしてみよう

☆小学生クラス <月別集中パート/鉄棒>

1/9,10	前回り、足抜きまわりなど
1/16.17	逆上がりの練習
1/23,24	逆上がり、連続逆上がりの練習
1/30,31	連続逆上がり、空中逆上がりなど

※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