

プログラム名	集中体育教室		
プログラム	<p>少人数のグループに分かれてマット・跳び箱・鉄棒・トランポリンを段階的に指導していきます。はじめて体操をするお子さまから、レベルアップしたいお子さままで幅広く参加できます。</p> <p>幼・少年期に必要な身体の動きを身につけ、健康な心と身体を育みます。体操教室ではアドバイザー監修のもと技術指導を行っています。</p>		
プログラム名	幼児集中 A・B	集中体操 A・B	マスター体操 A・B
内容	<p>走る・跳ぶ・転がるなどの基本の運動を通して、からだ動かし方を覚えます。</p> <p>マット・跳び箱・鉄棒・トランポリンの基本の技に挑戦してきましょう。</p>	<p>マット・跳び箱・鉄棒・トランポリンの基本の技の習得、苦手克服を目標に練習します。1つ1つポイントを絞って練習するので安心してご参加いただけます。</p>	<p>基本の技の完成度を高め、ワンランク上の技に挑戦。憧れの技に挑戦するチャンスです。経験豊富な指導者による特別な1時間になります。</p>
対象	年少児～年長児	年中児～小学生	<p>※レベル指定</p> <p>マット：ブリッジ 倒立（壁倒立可）</p> <p>跳び箱：開脚とび</p> <p>鉄 棒：逆上がり</p> <p>上記の技ができる小学生。</p>
日程	<p>A：2020年7月28日(火)～31日(金)</p> <p>B：2020年8月4日(火)～7日(金)</p>		
時間	10：15～11：15	11：30～12：30	15：15～16：15
費用	7,000円（税別）		
クラスの流れ	<p>あいさつ</p> <p>準備体操</p> <p>基本運動</p> <ul style="list-style-type: none"> 種目の習得に必要な補強運動を行います。 <p>種目練習</p> <ul style="list-style-type: none"> グループに分かれて、基本の技から丁寧に指導します。 ポイント指導でできる喜びと自信を大切に楽しく安全に練習していきます。 <p>さようなら</p>		
	*2020年度子ども会員外の方は、別途500円（税込）の臨時会費が必要です。		



※プログラムの内容や場所は変更することがございます。予めご了承ください。