

N-9

ドリブルクラス

対象 A/年中児～年長児
B/小学生

時間 A/ 9:30～10:30
B/ 8:00～9:15

期間 7/24(月)～7/26(水)

場所 南山ファミリーYMCA

内容

もっとドリブルができるようになりたい！と思っている人にお薦めのクラスです。

ボールをスムーズに運ぶために必要なボール感覚を養い、相手をかかわすフェイントやボールタッチのレベルアップができるトレーニングを重点的に行います。

スケジュール

	7/24(月)	7/25(火)	7/26(水)
メインプログラム	ドリブルトレーニング	ドリブルトレーニング	ドリブルトレーニング
前半	W-up ドリブルドリル①	W-up ドリブルドリル②	W-up ドリブルドリル③
後半	ドリブルゲーム ミニゲーム	ドリブルゲーム ミニゲーム	ドリブルゲーム ミニゲーム

Snap Shot

