

# ☆ レッスン予定表 ☆



## 9 月

	1～3歳クラス	4・5歳クラス	小学生クラス
9月1週目 9/5(木)～9/11(水)	マット運動 鉄棒	鉄棒 マット運動 竹馬	マット運動 走り幅跳び
9月2週目 9/12(木)～9/18(水)	マット運動 跳び箱	鉄棒 マット運動 竹馬	マット運動 走り幅跳び
9月3週目 9/19(木)～9/25(水)	跳び箱 鉄棒	鉄棒 ※マット運動 縄跳び	跳び箱(開脚跳び) ドッジボール
9月4週目 9/26(木)～10/2(水)	跳び箱 トランポリン	鉄棒 ※縄跳び サッカー	跳び箱(開脚跳び) コーディネーショントレーニング



## 10 月

	1～3歳クラス	4・5歳クラス	小学生クラス
10月1週目 10/3(木)～10/9(水)	マット運動 鉄棒	※跳び箱(開脚跳び) マット運動 サッカー	マット運動 鉄棒
10月2週目 10/10(木)～10/16(水)	鉄棒 跳び箱	鉄棒 マット運動 バスケットボール	マット運動 鉄棒 跳び箱
10月3週目 10/17(木)～10/23(水)	マット運動 跳び箱 鉄棒	鉄棒 跳び箱 バスケットボール	体育参観日
10月4週目 10/24(木)～10/30(水)	体育参観日		マット運動 ユニホック

○マット…女の子は髪の毛を縛る際には、位置を気を付けて下さい。

○跳び箱…ジーパンは足が開きにくいので、避けて下さい。台上前転の際、女の子は髪の毛を縛る位置を気を付けて下さい。

○鉄棒…足を掛ける技があるので、なるべく長ズボンをご用意下さい。※小学生は手を拭くタオルをご持参ください。

### －技の合格について－

4・5歳クラス…米印(※)のついている種目の進級チェックを行います。2回連続でできた場合、合格となります。  
小学生クラス…マット運動・鉄棒はレッスンで取り組む際に、2回連続でできたら随時合格となります。  
縄跳びは続けて指定の回数を連続で跳べたら合格です。

※レッスン予定表は、状況によりレッスン時変更がある場合があります。予めご了承ください。