

☆ レッスン予定表 ☆



8 月



	1～3歳クラス	4・5歳クラス	小学生クラス
8月1週目 8/1(木)～8/7(水)	跳び箱 マット運動	跳び箱(台上前転) 鉄棒 バスビー	跳び箱(台上前転) バスビー
8月2週目 8/8(木)～8/21(水) ※11日～17日は休講日	マット運動 鉄棒	※跳び箱(台上前転) マット運動 バスビー	跳び箱(台上前転) ミニバレー
8月3週目 8/22(木)～8/28(水)	マット運動 鉄棒	マット運動 ※鉄棒 風船バレー	鉄棒 ミニバレー
8月4週目 8/29(木)～9/4(水)	鉄棒 トランポリン	鉄棒 トランポリン 風船バレー	鉄棒 トランポリン



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 トランポリン	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 鉄棒	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 鉄棒	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

○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。