



6月

スケジュール

体操

週ごとに体操種目が変わります。

- 第1週目「鉄棒」
- 第2週目「跳び箱」
- 第3週目「マット運動・できチャレ(ラスト5分間で1人1種目2回まで)チャレンジして合格スタンプゲットしましょう♪」

食育:お寿司

日本の寿司は世界でも大人気！！寿司の人気の秘密について学びます。酢飯を作り、お土産はもちろんお寿司♪

ステップ:ボクシングエクササイズ

引続き、ボクシングエクササイズで「水曜日のカンパネラ:エジソン」の曲に合わせて身体を動かします♪

第4週目:ステップ発表会 参観日&親子レッスン週間

はじめにボクシングエクササイズの発表会を実施(撮影OK)
 ①親子エンジョイランニング♪②親子ドッジボール♪
 ③ストレッチヨガ 参観される保護者様と一緒にレッスン♪

日程

- 1週目 1日(木)~6日(火) **体操・ステップ**
- 2週目 8日(木)~13日(火) **食育・体操**
- 3週目 17日(土)~23(金) **体操・ステップ**
- 4週目 24日(土)~30日(木) **発表会&参観日 &親子レッスン週間**

6月15日木曜、16日金曜は休講日となります。

1,3週目 深呼吸⇒木のポーズ **ストレッチヨガ**
 2,4週目 深呼吸⇒飛行機のポーズ
 ゆっくり鼻から息を吸って鼻から吐いて鼻呼吸を意識

1,3週目 鬼ごっこ **ウォーミングアップ**
 2週目 ステップ:ボクシングエクササイズ

お休み・振替のご連絡は、お電話 011-398-7715 または、公式LINEアカウントのチャット機能に
①在籍のお子さまのお名前 ②在籍クラス ③欠席日または振替日時、をメッセージに入力し送信してください。

	第1週目	第2週目	第3週目	第4週目
体操	鉄棒	跳び箱	マット運動&できチャレ	—
7月	ステップ(ダンス)	食育	ステップ(ダンス)	ボール週間 (ポートボール)
8月	ステップ(ダンス)	食育	ステップ(ダンス)	ステップ発表会 できチャレ測定会 親子ヨガレッスン週間 (祖父母も参加OK)
9月	ステップ(よさこい)	食育	ステップ(よさこい)	記録測定会

振替手数料は振替当日レッスン前にフロントにお支払ください。
無断欠席の場合振替不可となりますのでご注意ください。