

# スターキッズレッスン内容詳細

2月休講日はありません

レッスン内容は変更になる場合がございます。予めご了承ください。

- ☆1週目 2月1日(土)～7日(金) 体操・ステップ
- ☆2週目 2月8日(土)～14日(金) 食育・体操
- ☆3週目 2月15日(土)～21日(金) 体操・ステップ
- ☆4週目 2月22日(土)～28日(金) ドッジボール

1～3月の期間で保護者さまと面談を予定しております。面談日時は希望などを考慮して実施予定です。よろしくお願いいたします。



## 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♪

## ステップ

引き続き、通常(4歳～小6)クラスは「Da-iCE:I wonder Jes (未就学児)クラスは「ディズニー:アロハ・エ・コモ・マイ」の曲に合わせて踊ります♪

## 食育

チョコレートについて！  
チョコレートの材料は？  
どうやってできるのか？  
学びますよ。

## 第4週目

通常クラスはできチャレ測定会を実施。スタンプ帳は忘れずに必ず持ってきてください。スタンプをたくさんゲットできるチャンス！です。esクラスはフットサルを実施します♪

## ウォーミングアップ

- 1,3週目>ジャベボール
- 2週目>ステップのダンス

## ストレッチヨガ

- 1,3週目>ダウンドック⇒足上げ左右⇒深呼吸
- 2,4週目>ワンちゃんのポーズ⇒アザラシのポーズ⇒深呼吸
- ゆっくり鼻から息を吸って鼻から吐いて鼻呼吸を意識

	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	—
3月	ステップ(ダンス)	食育	ステップ(ダンス)	ステップ発表会 ポートボール

振替手数料は振替当日レッスン前にフロントへお支払ください。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。

お休み・振替のご連絡は、お電話 011-398-7715 または、公式LINEアカウントのトーク画面から  
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。

フロント受付時間

火・水・木・金 9:30～22:30 土 8:50～20:30 日 8:50～19:00 月曜日は休館日

ウェルネススクエア札幌 011-398-7715

# 2月第4週目 できチャレ測定会

年2回実施している「マット運動どこまで  
できるかなチャレンジ測定会」

2月の第4週目は現段階でお子さまがどの  
くらいできているのかをみるため

「できチャレ測定会」を実施いたします。

「1種目につき2回までチャレンジ可能、  
複数の種目のチャレンジも可能」です。成功  
した種目個数分の合格スタンプがもらえます。

\*通常(4歳~小6)クラスのお子さまが対象  
\*es (未就学児)クラスはフットサルを実施

スタンプをたくさんゲット  
できるチャンス!です。