Aクラスは「満員御礼」
Bクラスは「体験・入会受付中！」

対象：年長～小学6年 H26

保険料（1000円）で入会
⇒ 都度払い500円で参加
⇒まずは体験から！

楽しくのばすスポーツ広場 ホリデージム

7/6(日) ドッジボール、ドッヂビー

学校の休み時間に気軽に楽しめるドッジボールは、ホリデージムでも一番の人気です。ボールに触れる機会をたくさんつくって、ゲームを盛り上げます！
ニュースポーツのドッヂビーは、当たっても痛くないので、どんどんキャッチにチャレンジしましょう！

平均台

なわとびをもってきてね（貸出し数本あり）

7/13 (日) なわとび、ダンス

短なわで色々な跳び方をしたら、今回のメインは大なわです。
みんなで息を合わせて回数にチャレンジ！入るコツやタイミングも練習します。ダンスは曲に合わせて楽しく元気に踊りましょう♪

マット

今後の予定 ※日程は予定です。会場、講師等の都合により変更になる場合があります。

8/8(金)、18(月)：通常活動「水泳」
8/22(金)：イベント「水中運動会」

「夏休み学習ひろば」開催します！ ※裏面参照

夏休みの「ホリデージム」はスポーツだけでなく学習面もサポート！
日にち：7/23、29、30、8/1（全4回）
時間：9時30分～11時30分（スポーツタイム+スタディタイム）

時間 Aクラス（小３～小６） 9:20～10:20
Bクラス（年長～小２）10:30～11:30
※未就学児は保護者の付き添いが必要です

活動場所 川村小学校 体育館（山北町山北1002）

指導者 藤原 恭子（きょろ）先生
日本体育協会公認スポーツリーダー
高橋 秀子（でこ）先生
日本体育協会公認体操指導員

様々な運動を通し、子どもができることを見つけ、自信をつけられるよう指導していきます！

内容 メイン種目を基本に、器械運動、ボール遊びなど、毎回多くのコンテンツをとり入れて子ども達の運動経験を増やします。

定員 登録会員：各クラス30名（定員になり次第締切）

会費 会員：1回500円
体験：1回500円（要申込・年度で1回まで）
※入会には保険料1,000円(一世帯)が必要です。

持ち物 上ばき、飲み物、タオル
※動きやすい服装で！
※なわとび(7/13のみ)

体験について

開催日2日前までにメールにてお申込み下さい。
1回500円。申込制。年度で1回まで。
※Aクラスは定員に達した為、現在締め切っています。

メールタイトル「ホリデージム体験」
メール本文「希望日、お子さま名(よみがな)、学年、学校名、保護者名、ＴＥＬ」

明日への一歩・・・
あすぽ
あしがら総合型スポーツクラブ

申込・問合せ先
ジュニアあすぽ asupo2010jr@yahoo.co.jp
TEL：090-8013-5541（秋葉） HP:http://asupo1.com

toto スポーツ振興くじ助成事業