

ジュニアダンス 07月～09月スケジュール&レッスン内容



R02.06.26作成

● スケジュール

| 曜 日 | 学 年 | 時 間 | 07月 | 08月 | 09月 | 振替・休講 |
|-----|--------|-------------|-----------|-------------|-------------|-------|
| 月曜日 | 小学1～3年 | 17:00～18:00 | 6、13、20日 | 3、10、17、24日 | 7、14、21、28日 | |
| | 小学4～6年 | 18:00～19:00 | | | | |
| 金曜日 | 小学1～3年 | 17:00～18:00 | 10、17、24日 | 7、14、21、28日 | 4、11、18、25日 | |
| | 小学4～6年 | 18:00～19:00 | | | | |

● レッスン内容

| 学 年 | 内 容 | 持 物 |
|---------|---|-----------|
| 小学1～3年生 | <ul style="list-style-type: none"> ・ストレッチ ・リズムトレーニング ・基礎練習 ・振付（曲に合わせて振りの練習） | シューズ |
| 小学4～6年生 | | 飲料 タオル |

● 「新型コロナウイルス」感染拡大防止に伴う対応について

- ・フロア内での保護者様のご見学は、当面の間禁止とさせていただきます。お子様をお待ちの際は、1Fロビーをご利用ください。
- ・密着を避けるため、レッスン内容を変更して行う場合があります。
- ・今後の状況によっては、やむを得ず再度教室を休講する場合がございます。
変更の際は、運動公園公式ホームページ、「LINE@」、施設掲示などにてご案内させていただきます。



運動公園公式
ホームページ
QRコード



運動公園公式
「LINE@」
QRコード

ジュニアテニス 07月～09月スケジュール&レッスン内容



R02.06.26作成

● スケジュール

| 曜 日 | レベル | 時 間 | 7月 | 8月 | 9月 | 振替・休講 |
|-----|-----|-------------|----------|-------------|-------------|-------|
| 月曜日 | 初 級 | 17:00～18:00 | 6、13、20日 | 3、10、17、24日 | 7、14、21、28日 | |
| | 初中級 | 18:00～19:00 | | | | |
| 水曜日 | 初 級 | 17:00～18:00 | 8、15、22日 | 5、12、19、26日 | 2、9、16、23日 | |
| | 初中級 | 18:00～19:00 | | | | |
| 木曜日 | 初 級 | 17:00～18:00 | 9、16、30日 | 6、13、20、27日 | 3、10、17、24日 | |
| | 初中級 | 17:00～18:00 | | | | |
| | 初中級 | 18:00～19:00 | | | | |
| | 中 級 | 18:00～19:00 | | | | |

● レッスン内容

| レベル | 内 容 | 持 物 |
|-------|---|--------------------------|
| 初 級 | <ul style="list-style-type: none"> ・ストローク…フォアバックグリップチェンジ、フットワーク ・ボレー…ボレースマッシュ ・試合形式…お友達と試合 | ラケット タオル 飲み物 帽子 |
| 初 中 級 | <ul style="list-style-type: none"> ・ストローク…フットワークを使ったストローク ・ボレー…ボレースマッシュ ・試合形式…サーブから試合 | |
| 中 級 | <ul style="list-style-type: none"> ・ストローク…クロス打ち分け ・ボレー…ストロークからボレー ・試合形式…サーブからシングルス | |

● 「新型コロナウイルス」感染拡大防止に伴う対応について

- ・雨天の場合は、中止とさせていただきます。（当面の間、室内での教室は行いません。）
- ・テニスコート入場の際は、中央の入口から入場し、退場の際はコートサイドの出口から退場してください。（講師がご案内します。）
- ・教室参加前にご自宅にて検温していただき、37.5℃を超える場合のご参加はご遠慮ください。また体調が優れない場合も参加をご遠慮ください。

ジュニアスポーツ(幼児・学童) 07月～09月スケジュール&レッスン内容

PASS

R02.06.26作成

● スケジュール

| 曜日 | 学年 | 時間 | 7月 | 8月 | 9月 | 振替・休講 |
|-----|---------|-------------|-----------|----------------|-------------|-----------|
| 月曜日 | 幼児 | 16:00～17:00 | 6、13、20日 | 3、10、17、24、31日 | 7、14、28日 | 9/21→8/31 |
| | | 17:15～18:15 | | | | |
| 水曜日 | 学童(小学生) | 17:00～18:00 | 8、15、22日 | 5、12、19、26日 | 2、9、16、23日 | |
| 木曜日 | 幼児 | 16:00～17:00 | 9、16、30日 | 6、13、20、27日 | 3、10、17、24日 | 7/23→7/30 |
| | | 17:15～18:15 | | | | |
| 金曜日 | 学童(小学生) | 17:00～18:00 | 10、17、24日 | 7、14、21、28日 | 4、11、18、25日 | |

● レッスン内容

| 学年 | 内容 | 持物 |
|---------|------------------|------------|
| 幼児 | ・大縄、なわとび | タオル 飲み物 |
| 学童(小学生) | ・ボール(投げる・蹴る)、縄跳び | 室内用シューズ |

● 「新型コロナウイルス」感染拡大防止に伴う対応について

- ・当面の間、フロア内でのご見学は禁止とさせていただきます。また、2Fの観覧席への入場は出来ません。お子様をお待ちの際は、1Fロビーをご利用ください。
- ・教室参加前にご自宅にて検温していただき、37.5℃を超える場合のご参加は、ご遠慮ください。また、体調が優れない場合も参加をご遠慮ください。
- ・今後の状況によっては、やむを得ず再度教室を休講する場合がございます。変更の際は、運動公園公式ホームページ、「LINE@」、施設掲示などにてご案内させていただきます。



運動公園公式
ホームページ
QRコード



運動公園公式
「LINE@」
QRコード

ジュニア卓球 07月～09月スケジュール&レッスン内容



R02.06.26作成

● スケジュール

| 学 年 | 曜 日 | 時 間 | 7 月 | 8 月 | 9 月 | 振替・休講 |
|------------------|-----|-------------|-----------|-------------|-------------|-------|
| 小 学 生 (1～6年生) | 水曜日 | 17:00～18:00 | 8、15、22日 | 5、12、19、26日 | 2、9、16、23日 | |
| | | 18:00～19:00 | | | | |
| | 金曜日 | 17:00～18:00 | 10、17、24日 | 7、14、21、28日 | 4、11、18、25日 | |

● レッスン内容

| 学 年 | 内 容 | 持 物 |
|------------------|---|--------------|
| 小 学 生 (1～3年生) | <ul style="list-style-type: none"> ボールつき（打球感・正しいグリップの習得） サーブ練習（正確なトス⇒コースの打ち分け） 球出し練習（フォア・バックのフットワーク） 持続ラリー練習 ゲーム練習（点数の数え方習得） | ラケット シューズ |
| 小 学 生 (4～6年生) | <ul style="list-style-type: none"> サーブ練習（回転・強弱の理解） フットワーク練習 球出し練習（ブロック・スマッシュ習得） ラリー練習 ゲーム練習（点数の数え方・ルールの習得） | 飲み物 タオル |

● 「新型コロナウイルス」感染拡大防止に伴う対応について

- ・当面の間、フロア内でのご見学は禁止とさせていただきます。また、2Fの観覧席への入場は出来ません。お子様をお待ちの際は、1Fロビーをご利用ください。
- ・教室参加前にご自宅にて検温していただき、37.5℃を超える場合のご参加は、ご遠慮ください。また、体調が優れない場合も参加をご遠慮ください。
- ・今後の状況によっては、やむを得ず再度教室を休講する場合がございます。変更の際は、運動ホームページ、「LINE@」、施設掲示などにてご案内させていただきます。



運動公園公式
ホームページ
QRコード



運動公園公式
「LINE@」
QRコード

ジュニアサッカー 07月～09月スケジュール&レッスン内容



R02.06.26作成

● スケジュール

| 曜 日 | 学 年 | 時 間 | 7月 | 8月 | 9月 | 振替・休講 |
|-----|--------|-------------|----------|-------------|-------------|-------|
| 月曜日 | 小学1～3年 | 17:30～18:30 | 6、13、20日 | 3、10、17、24日 | 7、14、21、28日 | |
| | 小学4～6年 | 18:30～19:30 | | | | |

● レッスン内容

| 学 年 | 内 容 | 持 物 |
|-------|--|-------------------|
| 1～3年生 | <ul style="list-style-type: none"> ・コーディネーショントレーニング（様々な動き） ・ボールタッチ（リズムよく） ・ドリブル（素早く、細かく触る） ・パス（正確に） ・シュート（狙いを定める、強く蹴る） ・ゲーム（協調性・持久力） | ボール 飲 料 タオル |
| 4～6年生 | <ul style="list-style-type: none"> ・コーディネーショントレーニング（様々な動き） ・ドリブル（素早く、細かく触る） ・パス（正確に） ・シュート（狙いを定める、強く蹴る） ・ゲーム（協調性・持久力） ※自主トレ：日常でボールを沢山触る。 | |

● 「新型コロナウイルス」感染拡大防止に伴う対応について

- ・雨天の場合は、中止といたします。（当面の間、室内での教室は行いません。）
- ・教室前・終了時にアルコール消毒液での手指消毒を講師が対応いたします。
- ・教室参加前にご自宅にて検温していただき、37.5℃を超える場合のご参加はご遠慮ください。
また、体調が優れない場合も参加をご遠慮ください。
- ・今後の状況によっては、やむを得ず教室を休講する場合がございます。変更の際は、運動公園公式ホームページ、「LINE@」、施設掲示などにてご案内させていただきます。



運動公園公式
ホームページ
QRコード



運動公園公式
「LINE@」
QRコード