

R4.1月

アルパカ 行事予定表



月	火	水	木	金	土	日
31日	〒 737-0078 広島県呉市此原町5-15 TEL (0823) 33-2201 FAX (0823) 33-2203 お気軽にお電話ください。				1日	2日
ストラックアウト					お休み	お休み
3日	4日	5日 	6日 	7日 	8日 	9日
お休み	カレンダー作り & 初詣	書初め	ちぎり絵 (干支)	カスタネット作り	KOJOトレ	お休み
10日 	11日	12日 	13日	14日 	15日 	16日
ウォーキング (つつしが丘)	この人だーれ	SST	THE えっちゃんゲーム	リトミック	体育館	お休み
17日	18日 	19日	20日	21日 	22日 	23日
PATAX2 ゲーム	お誕生日会	折り紙	つめ放題ゲーム	お手玉投げ	ねんど遊び	お休み
24日	25日	26日	27日	28日	29日 	30日
アルパカ選手権	アルパカ選手権	アルパカ選手権	アルパカ選手権	アルパカ選手権	体幹まとめ	お休み

体幹お鍛えることで筋力、姿勢保持、バランス感覚などが育み、集中力が向上するそうです

※バランスストーン バランス感覚、柔軟性、体幹、距離感、能力向上トレーニング

※バランスボード バランス感覚向上

※スライドボード バランス感覚の強化。下半身筋肉の強化

