

R4.3月

## アルパカ 行事予定表



月	火	水	木	金	土	日
	1日 カレンダー作り	2日 へびの鳴子作り	3日 SST	4日 ストラックアウト (サッカー)	5日 アルパカひな祭り	6日 お休み
7日 バランスストーン	8日 フラフープリレー	9日 SST	10日 紙コップゲーム	11日 えっちゃんゲーム Final	12日 マラカス作り	13日 お休み
14日 アルパカ選手権	15日 アルパカ選手権	16日 アルパカ選手権	17日 アルパカ選手権	18日 アルパカ選手権	19日 リトミック	20日 お休み
21日 タイピングゲーム	22日 スライドボード	23日 缶つみゲーム	24日 バランスボード	25日 つめ放題ゲーム	26日 体幹まとめ	27日 お休み
28日 お誕生日会	29日 P.C.G	30日 アルパカシネマ	31日 アルパカ進級式	〒 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。		

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