

R4.4月

## アルパカ 行事予定表



月	火	水	木	金	土	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。			入学式		1日	2日	3日
					カレンダー作り	お花見	お休み
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	
もぐらたたき & ハエたたきゲーム	スライドボード	焼山公園	バランスボール	お誕生日会	ゴムとび	お休み	
11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	
P.C.G	ストラックアウト	焼山公園	バランスストーン	SST	体育館	お休み	
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	
工作	バランスボード	焼山公園 (春探し)	しおり作り	ポッチャ	アルパカシネマ	お休み	
25日	26日	27日	28日	29日	30日		
絵描きしりとり	リトミック	焼山公園	SST	体育館	体幹まとめ		

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