

R4.5月

アルパカ 行事予定表



月	火	水	木	金	土	日
30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
とまったら、 とまるゲーム	ストラック アウト					お休み
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
カレンダー 作り	体育館へ 行こう	 うどん作り	こいのぼり 作り	 バランス ボール	 アルパカ菜 園	お休み
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
 リトミック	SST (姿勢)	 焼山公園	 ひっくり返 しゲーム	 バランス ボード	アルパカ シネマ	お休み
16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
アルパカ 選手権	アルパカ 選手権	 焼山公園	 アルパカ 選手権	アルパカ 選手権	 体育館へ 行こう	お休み
23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
伝言ゲーム	スライド ボード	焼山公園	シュート バッカー	 バランス ストーン	 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