

R4.11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 焼山公園 	3日 体育館	4日 進化版 バランス ボード	5日 リトミック 	6日 お休み
7日 避難訓練 	8日 フルーツ バスケット	9日 おたんじょう会 	10日 ひっぱれ!	11日 バランス ボール	12日 体育館 	13日 お休み
14日 タイピング ゲーム 	15日 スライド ボード	16日 焼山公園 	17日 足バタバタ ゲーム	18日 バランス ストーン 	19日 牧場 	20日 お休み
21日 アルパカ 選手権	22日 アルパカ 選手権	23日 アルパカ シネマ 	24日 アルパカ 選手権	25日 アルパカ 選手権	26日 体幹まとめ 	27日 お休み
28日	29日	30日	〒 737-0911 広島県呉市焼山北1丁目623-1 TEL (0823) 33-2201 FAX (0823) 33-2203 お気軽にお電話ください。			
SST	すきやき ジャンケン	焼山公園				

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