

R5.6月

アルパカ 行事予定表



月	火	水	木	金	土	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。			1日 カレンダー作り	2日 バランスストーン	3日 ウォーキング 	4日 お休み
5日 こっちにおいで 	6日 陣地取り 	7日 焼山公園 	8日 見つけるんだ 	9日 バランスボール 	10日 体育館 	11日 お休み
12日 タイピングゲーム 	13日 スライドボード 	14日 SST 	15日 OXダーツ 	16日 ひっくり返しゲーム 	17日 森林公園 	18日 お休み
19日 イスとりゲーム 	20日 私はだ〜れだ 	21日 焼山公園 	22日 リトミック 	23日 お手玉合戦 	24日 お買い物支援 	25日 お休み
26日 お誕生日会 	27日 たかしハンド 	28日 SST 	29日 バランスボード 	30日 P.C.G 		

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