

4月の目標

カラダ 体づくりを始めよう。  
 オオ コエ 大きな声であいさつをしよう。

月	日	曜	練習時間	集合場所	内容	備考
4	1	木				
	2	金				
	3	土				
	4	日				
	5	月				
	6	火				
	7	水				
	8	木				
	9	金				
	10	土				
	11	日				
	12	月				
	13	火				
	14	水				
	15	木				
	16	金				
	17	土				
	18	日				
	19	月				
	20	火				
	21	水				
	22	木				
	23	金				
	24	土	8:00~11:00	エムウェーブ	ランニング、コーディネーション、縄跳び、ラダー、ダッシュ、等	
	25	日				
	26	月	18:00~20:00	エムウェーブ	ランニング、コーディネーション、縄跳び、ラダー、ダッシュ、等	
	27	火	18:00~20:00	エムウェーブ	ランニング、コーディネーション、縄跳び、ラダー、ダッシュ、等	
	28	水				
	29	木	8:00~11:00	エムウェーブ	ランニング、コーディネーション、縄跳び、ラダー、ダッシュ、等	みどりの日
	30	金	18:00~20:00	エムウェーブ	ランニング、コーディネーション、縄跳び、ラダー、ダッシュ、等	

- ・ グループ分けをして練習を進めていきます。
- ・ 体力測定は、5月に入ってからおこないます。
- ・ ローラースケートは、5月以後、靴がそろってから始めます。