

2025

10月

こばんはうすさくら大津京教室のプログラム

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

土曜日

日曜日

◎注意事項◎ ※必ず下記をご確認ください。

・10/11(土)、10/25(土)、10/26(日)、はお弁当不要ですが、活動費がかかります。
 10/5(日)、10/19(日)はお弁当が必要ですが、活動費がかかります。右下につづく…

06 新コース!!!

サーキット運動

※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

13 おでかけ

大声出してストレス発散!?

KARAOKE

20 新コース!!!

サーキット運動

※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

27 かるたづくり日

オリジナルの

かるたを作ろう

07 落ちたらワニいる!?

バランス
ストーン

14 新コース!!!

サーキット運動

※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

21 ボールあそび日

ゴルフ

28 新コース!!!

サーキット運動

※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

01 かるたづくり日

オリジナルの
かるたを作ろう

08 新コース!!!

サーキット運動

※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

15 全然へいきだ!!

へいきんだい

22 新コース!!!

サーキット運動

※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

29 ボールあそび日

サッカー
ボーリング

02 新コース!!!

サーキット運動

※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

09 ボールあそび日

ドッジ
ボール

16 新コース!!!

サーキット運動

※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

23 めざせ! 大谷選手!!!

ストラック
アウト

30 新コース!!!

サーキット運動

※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

03 ボールあそび日

ふうせん
パレー

10 新コース!!!

サーキット運動

※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

17 かるたづくり日

オリジナルの

かるたを作ろう

24 新コース!!!

サーキット運動

※バランスストーン、ストラックアウト、へいきんだい、けんけんぱなどを組み合わせて楽しく体を動かします!!!

31 ねえ! 日本代表!!!

モルック

04 おでかけ

大声出してストレス発散!?

KARAOKE

11 クッキング

卵がふっふわっ

他人丼

18 からだうごかし日

宝が池
公園

25 おもしろ祭り

秋まつり

※詳しくは別紙【2025年10月度のお知らせ】をご覧ください。また、10/4(土)、10/12(日)、10/13(月)に必要な料金などは別途ご連絡させていただきます。○ご不明な点などがあればお気軽にお問い合わせください。

05 おいしおかし作り

もちもちカボチャの

お月見
だんご

12 おもしろ体験

そうだ

おいもほい、
行こう。

19 おもしろ工作

Hallowe'en
ハロウィンの
おもしろおもちゃ

26 クッキング

みんな大好き!!?
おいしい
カレー

プログラムのねらい

バランスストーン

→主に足腰の筋力・動的柔軟性の向上。体幹・バランス感覚を鍛える。

ストラックアウト

→手先や肩や腕の筋力・見る力の向上。体幹・バランス感覚を鍛える。

へいきんだい

→あらゆる動きに必要なバランス感覚・体幹・集中力・注意力の向上。

ボールあそび

→総合的な身体のコントロール能力・記憶力などの向上。協調性を養う。

モルック

→身体の柔軟性・集中力・言語コミュニケーションの向上。上半身の筋力、投力を鍛える。

かるたづくり

→集中力・言語コミュニケーション・社会性スキル・ヒューマンスキルの向上。