

2025

11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。

・11/3(月)、11/22(土)、11/30(日)、はお弁当不要ですが、活動費がかかります。11/1(土)、11/9(日)、11/23(日)、11/29(土)、はお弁当が必要ですが、活動費がかかります。※詳しくは別紙【2025年11月度のお知らせ】をご覧ください。

また、11/2(日)、11/8(土)、11/15(土)、11/24(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。



01しゃれおつ工作

02 おでかけ

♡かわいい♡

大声出してストレス発散！？

プチかご

KARAOKE

03 クッキング

04 落ちたらワニいる!?

05 新コース!!!

06 ボールあそび日

07かるたあそび

08 おもしろ体験

09 おいしおかし作り

ロコモコ

バランス
ストーンサーキット運動
※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!!!ドッジ
ボール◎オリジナルの
かるたであそぼ竹生島
戸にいこうカリカリキューブ
大学芋

10 全然へいきだ!!

11 新コース!!!

12かるたあそび

13 新コース!!!

14 ボールあそび日

15 おでかけ

16 からだうごかし日

へいきんだい

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!!!◎オリジナルの
かるたであそぼサーキット運動
※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!!!ふうせん
パレー大声出してストレス発散！？
KARAOKE比良げ
んき村

17 新コース!!!

18 ボールあそび日

19 めざせ！大谷選手!!!

20かるたあそび

21 新コース!!!

22 クッキング

23しゃれおつ工作

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!!!

ゴルフ

ストラック
アウト◎オリジナルの
かるたであそぼサーキット運動
※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!!!しょうゆ
ラーメン♡かわいい♡
プチかご

24 おでかけ

25 新コース!!!

26 ボールあそび日

27 新コース!!!

28 ねえ！日本代表!!!

29 おいしおかし作り

30 クッキング

大声出してストレス発散！？
KARAOKE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!!!サッカー
ポーリングサーキット運動
※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!!!

モルック

バナナ
チョコドッグみんな大好き!!?
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。

かるたあそび

→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。