































2022年 8月活動予定表

※夏休み期間は、9:00～15:00の開所となります。
また、予定は変更になる場合がございます。
予めご了承ください。

月	火	水	木	金	土	日	
1 ひまわり村に行こう ※雨天等 →城北児童会館 13:00～14:00 みんなで！ 	まほうのアトリエ ～弘法筆を選ばず～ ※10:30～11:30 むらすみ先生 プール 13:00～14:00 みんなで！ 	空中ヨガ 13:00～14:00 あき先生 	バランスボール 13:00～14:00 ともよ先生 	かほっくるに行こう 13:00～14:00 みんなで！ 	休所日	水と油のふしぎな実験 13:00～14:00 みんなで！ 	
8 プール 10:30～11:30 みんなで！ ぬくもりタッチセラピー 13:00～14:00 みわ先生 	ボルダリング 13:00～11:30 さら先生 	空中ヨガ 13:00～14:00 あき先生 	休所日	休所日	休所日	休所日	
15 英語にチャレンジ 13:00～14:00 こか先生 	プール 13:00～14:00 みんなで！ 	空中ヨガ 13:00～14:00 あき先生 	プール 13:00～14:00 みんなで！ 	昆虫博物館に行こう 12:00～13:30 みんなで！ 	休所日	3B体操 13:00～14:00 にしむら先生 	
22 あめるんパークに行こう 13:00～14:00 みんなで！ 	ボルダリング 13:00～11:30 さら先生 	空中ヨガ 13:00～14:00 あき先生 	バランスボール 13:00～14:00 ともよ先生 	8月お誕生日会 13:00～14:00 みんなで！ 	休所日	砺波総合運動公園に行こう ※雨天等 →せんべい手焼き体験 12:00～13:30 みんなで！ 	
29 プール 10:30～11:30 みんなで！ ぬくもりタッチセラピー 13:00～14:00 みわ先生 	まほうのアトリエ ～毛糸と大工さん～ ※10:30～11:30 むらすみ先生 3B体操 13:00～14:00 にしむら先生 	空中ヨガ 13:00～14:00 あき先生 	 ホームページは ←こちらから！ フェイスブックや インスタグラムも 			   	

活動紹介

- ・空中ヨガ→シルクを使った浮いちゃえるヨガ。体幹に良いです！
- ・バランスボール→専門の先生による、楽しいバランスボールレッスン！
- ・ボルダリング→室内ボルダリング設備で本格クライミング体験。全身運動です！
- ・ぬくもりタッチセラピー→触ってセラピー。リラックス+オキシトシン効果！
- ・まほうのアトリエ→むらすみ先生といろいろなテーマで楽しい体験！
- ・3B体操！→3つのアイテムで楽しく運動！

【夏休み中の持ち物について】

※夏休み中は、普段以上に体を動かす時間が多く、プールも始まりますので、汗拭きタオル、マスク、水筒、お着替え、プール道具一式（タオル、水着、帽子、ゴーグル等）などのご持参をお願い致します。
※夏休み期間中の「まほうのアトリエ」は、講師のご都合により10:30～11:30に時間変更になります。
何卒宜しくお願い致します。