

# 2024年 4月活動予定表

※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	2	3	4	5	6	7
自由工作 13:00~14:00 みんな 	ボルダリング 13:00~14:00 みんな 	空中ヨガ 13:15~14:15 あき先生 	ボールスポーツ ~空間把握能力を高めよう~ 13:00~14:00 しおさき先生 	グロースグラウンドで遊ぼう ※雨天時→室内遊び 13:00~14:00 みんな 	休所日	休所日
8	9	10	11	12	13	14
ハンドメイドクラフト ~ミサンガ作り~ 15:45~16:45 さや先生 	進級・進学おめでとう パーティー 15:45~16:45 みんな 	空中ヨガ 15:45~16:45 あき先生 	バランスボール 15:45~16:45 ともよ先生 	工作をしよう ~ビー玉コースター作り~ 15:45~16:45 さや先生 	休所日	休所日
15	16	17	18	19	20	21
陸上競技に挑戦しよう 15:45~16:45 かわべ先生 	ぬくもりタッチセラピー 15:45~16:45 みわ先生 	空中ヨガ 15:45~16:45 あき先生 	自由遊び 15:45~16:45 みんな 	スイーツクラブ ~チョコパン作り~ 13:00~14:00 さや先生 	休所日	休所日
22	23	24	25	26	27	28
4月お誕生日会 15:45~16:45 みんな 	まほうのアトリエ ~段ボールのお家作り~ 15:45~16:45 むらさみ先生 	空中ヨガ 15:45~16:45 あき先生 	バランスボール 15:45~16:45 ともよ先生 	自由遊び 15:45~16:45 みんな 	休所日	休所日

29 (昭和の日)

3B体操  
13:00~14:00  
にしむら先生  


30

グロースグラウンドで遊ぼう  
※雨天時→室内遊び  
15:45~16:45  
みんな  




## 4月

活動紹介

- ボルダリング→指先や足先の力を鍛えることができます。全身運動です！
- 空中ヨガ→シルクを使った浮いちゃえるヨガ。体幹や手足を鍛えられます！
- ぬくもりタッチセラピー→本格的なマッサージ。リラックス効果があります！
- バランスボール→楽しいバランスボールレッスン！主に体幹が鍛えられます！
- まほうのアトリエ→様々なテーマで楽しい体験！発想力、指先などに良いです！
- 3B体操→3つのアイテムで楽しく運動！体幹や筋肉が鍛えられる有酸素運動！
- ボールスポーツ→ボールを主に使い、空間把握能力や指先の力などを高めます！

**【スイーツクラブ、まほうのアトリエについて】**

- 汚れても良い服装で参加ください。着替えのご用意もお願い致します。

**【ボルダリングについて】**

- 『陸上競技に挑戦しよう』の活動を行う月は、ボルダリングはグローススタッフが対応致します。ご利用者様と一緒に目標回数を決めたり、競争をしたりして楽しく行う予定ですので、ご了承ください。