

# 2022年 7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 工作をしよう! 15:45~16:45 さや先生 	2 休所日	3 スイーツクラブ 13:00~14:00 やえ先生 
4 むかしあそび 15:45~16:45 ともひさ先生 	5 ポルダリング 15:45~16:45 さら先生 	6 空中ヨガ 15:45~16:45 あき先生 	7 七夕祭り 15:45~16:45 みんなで 	8 ぬくもりタッチセラピー 15:45~16:45 みわ先生 	9 休所日	10 音楽レクリエーション 13:00~14:00 きみこ先生 
11 ぬくもりタッチセラピー 15:45~16:45 みわ先生 	12 まほうのアトリエ ~でろ~んスライム~ 15:45~16:45 むらすみ先生 	13 空中ヨガ 15:45~16:45 あき先生 	14 バランスボール 15:45~16:45 ともよ先生 	15 ハンドメイドクラフト 15:45~16:45 やえ先生 	16 休所日	17 フライング海の日 13:00~14:00 みんなで 
18 3B体操! 13:00~14:00 にしむら先生 	19 ポルダリング 15:45~16:45 さら先生 	20 空中ヨガ 15:45~16:45 あき先生 	21 フラワーアート 13:00~14:00 じゅんこ先生 	22 音楽レクリエーション 13:00~14:00 きみこ先生 	23 休所日	24 お出かけ! ※雨天等→シャボン玉遊び 13:00~14:00 みんなで 
25 英語にチャレンジ 13:00~14:00 こか先生 	26 まほうのアトリエ ~UFO! ?~ ※10:30~11:30 むらすみ先生 	27 空中ヨガ 13:00~14:00 あき先生 	28 バランスボール 13:00~14:00 ともよ先生 	29 3B体操! 13:00~14:00 にしむら先生 	30 休所日	31 7月お誕生日会 13:00~14:00 みんなで 
<h2>活動紹介</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li>・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!</li> <li>・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!</li> <li>・ポルダリング→室内ポルダリング設備で本格クライミング体験。全身運動です!</li> <li>・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!</li> <li>・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!</li> <li>・3B体操! →3つのアイテムで楽しく運動!</li> <li>・音楽レクリエーション→音楽に合わせて楽しくレクリエーション</li> </ul>				<h3>【日曜日と夏休み中について】</h3> <p>※日曜日と夏休み中は、普段以上に体を動かす時間が多くなりますので、<b>汗拭きタオル、マスク、水筒、お着替え</b>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。                  ※夏休み期間は、金沢市に合わせて開所致します。何卒宜しくお願い致します。</p>		