



## 2013年度 みなみYMCA こどもスポーツプログラム



【水泳】 楽しい水遊びから段階を経て技術の導入につなげていきます。水中での全身運動により体力を向上させ、心肺機能を高めます。水の中に入ることで寒さに対する適応力が高まり、強い身体をつくります。

クラス	コース	曜日	時間	対象	送迎バス	
ベビースイミング	A	月	10:30~11:30	0歳~2歳児(親子) ※首が座ったお子様	—	
	D	木			—	
ビーバー	A	月	15:40~16:50	年少~小3 ※B・D 2歳児~	1 2 3 4	
	B	火			1 2 3 4 5A	
	C	水			1 2 3 4 6	
	D	木			1 2 3 4	
	E	金			1 2 3 4 5A	
	F-1	土			9:30~10:40	—
	F-2	土			13:00~14:10	1 2 3 4 5B
フリッパー	A	月	16:50~18:00	年長~小学生	1 2 3 4	
	B	火			1 2 3 4 5A	
	C	水			1 2 3 4 6	
	D	木			1 2 3 4	
	E	金			1 2 3 4 5A	
	F-1	土			10:40~11:50	—
	F-2	土			14:10~15:20	1 2 3 4 5B
ペリカン	A	月	18:00~19:10	年中~中学生	1 2 3 4	
	B	火			1 2 3 4 5A	
	C	水			1 2 3 4 6	
	D	木			1 2 3 4	
	E	金			1 2 3 4 5A	
	F	土			15:20~16:30	1 2 3 4 5B
水泳クラブ	—	火	18:00~19:10	小3~小6 ※リーダー推薦 トビウオワッペン以上	1 2 3 4 5A	
		木	18:00~19:10		1 2 3 4	
		土	16:30~18:00		1 2 3 4 5B (行きのみ)	

【サッカー】 世界で最も人気のあるスポーツ、サッカー！  
ボールコントロールの技術を向上させ、体力を強化し、協調性・社会性を育みます。



クラス	コース	曜日	時間	対象	送迎バス
キッズサッカー	D	木	15:20~16:30	年少~年長	1 2 3 4 (帰りのみ)
	E	金			1 2 3 4 5A (帰りのみ)
サッカースクール	B	火	17:15~18:45	年長~小学生	1 2 3 4 5A
	D	木			1 2 3 4
	E	金			1 2 3 4 5A
	F	土			14:30~16:00
サッカーチーム	—	水	19:15~20:45	小4~小6 ※リーダー推薦者	1 2 3 4 6 (行きのみ)
		金	19:15~20:45		1 2 3 4 5A (行きのみ)
		土	試合などの時間による		—

【リバティドルフィンズ】 器械体操や水泳の要素を取り入れながら、感覚統合や体力強化をします。少人数グループ指導で社会性を身につけます。★入会時要面談。詳細はお尋ねください。

クラス	コース	曜日	時間	対象	送迎バス
リバティドルフィンズ	フロア	土	15:20~16:30	年長~小学生	1 2 3 4 5B
	プール		16:30~17:40	小学生~中学生	1 2 3 4 5B (行きのみ)



## 2013年度 みなみYMCA こどもスポーツプログラム



【体操】 マット、とび箱、鉄棒、トランポリンにチャレンジします。発育・発達段階に合わせて段階的に習得できます。柔軟性・バランス感覚・総合運動能力が向上します。

クラス	コース	曜日	時間	対象	送迎バス
ベビーたいそう	-	金	11:00~11:45	0歳~1歳児(親子) ※首が座ったお子様	-
キッズ体操	A	月	15:40~16:50	年少~年長 ※A・C 2歳児~	1 2 3 4
	B	火			1 2 3 4 5A
	C	水			1 2 3 4 6
	D	木			1 2 3 4
	E	金			1 2 3 4 5A
	F	土			-
ジュニア体操	A-1	月	16:50~18:00	年長~小学生	1 2 3 4
	A-2		18:00~19:10		1 2 3 4
	B-1	火	16:50~18:00		1 2 3 4 5A
	B-2		18:00~19:10		1 2 3 4 5A
	D-1	木	16:50~18:00		1 2 3 4
	D-2		18:00~19:10		1 2 3 4
	E-1	金	16:50~18:00		1 2 3 4 5A
	E-2		18:00~19:10		1 2 3 4 5A
	F-1	土	13:00~14:10		1 2 3 4 5B
	F-2		14:10~15:20		1 2 3 4 5B

【新体操】 女の子に人気のスポーツです。ボールやリボンをつかって表現します。柔軟性が向上し、正しく美しい姿勢をつくります。



クラス	曜日	時間	対象	送迎バス
キッズ新体操	水	16:50~18:00	年少~年長	1 2 3 4 6
ジュニア新体操		18:00~19:10	小学生	1 2 3 4 6

【HIP HOP】 楽しく踊り、運動機能を高めます。リズム感を養い表現力や感受性を磨きます。

クラス	曜日	時間	対象	送迎バス
キッズHIP☆HOP	月	16:50~18:00	年中~小4	1 2 3 4
ジュニアHIP☆HOP		18:00~19:10	小学生	1 2 3 4

【チャレンジキッズ】 期間ごとに内容を変え、基礎的な運動から様々な種目にチャレンジします。総合的な運動能力を高めたい方におすすめです。



クラス	曜日	時間	対象	送迎バス
チャレンジキッズ	土	9:30~10:40	年長~小学生	-

★4~6月 スイミング、7~9月 てつぼう(さかあがり)、10~12月 なわとび、1~3月 かけっこ・持久走



■無料送迎バス路線■ ※詳しいバス停、時間等はお問い合わせください ※お子さまのみ乗車できます。

1	八王寺・水前寺・白山・九品寺・本荘・春竹	5A	城南(永・宮地・隈庄・今吉野)・嘉島・良町
2	画図・秋津・若葉・健軍・湖東・出水・江津・田迎	5B	御船・六嘉・秋津・嘉島・良町
3	御幸笛田・南高江・川尻・白藤・近見・出仲間	6	嘉島・秋津・御幸木部・良町
4	城山・飽田・日吉・蓮台寺・二本木・世安・平成		