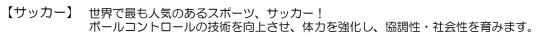


2013年度 みなみYMCA こどもスポーツプログラム



【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		泛	迎バス
ベビースイミング	Α	月	10:30~11:30	〇歳~2歳児(親子)	_		
ハレースイミング	D	木	10.30/911.30	※首が座ったお子様	_		
	Α	月			1 2	3 4	-
	В	火			1 2	3 4	- 5A
	С	水	15:40~16:50		1 2	3 4	- 6
ビーバー	D	木		年少~小3	1 2	3 4	-
	E	金		※B・D 2歳児~	1 2	3 4	- 5A
	F-1	l ± l	9:30~10:40				
	F-2		13:00~14:10		1 2	3 4	- 5B
	Α	月		年長~小学生 - -	1 2	3 4	-
	В	火			1 2	3 4	- 5A
	С	水	16:50~18:00		1 2	3 4	- 6
フリッパー	D	木			1 2	3 4	-
	Е	金			1 2	3 4	5A
	F-1	±	10:40~11:50				
	F-2		14:10~15:20		1 2	3 4	5B
	Α	月			1 2	3 4	-
	В	火			1 2	3 4	5 A
ペリカン	С	水	18:00~19:10	 年中~中学生	1 2	3 4	- 6
71.576.5	D	木		++···++±	1 2	3 4	-
	E	金			1 2	3 4	5A
	F	土	15:20~16:30		1 2	3 4	- 5B
	火	火	18:00~19:10	小3~小6	1 2	3 4	5A
水泳クラブ	_	木	10.00-19.10	※リーダー推薦	1 2	3 4	-
		土	16:30~18:00	トビウオワッペン以上	1 2	3 4	5 B (行きのみ)





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)
イッスリッカー 	Е	金			1	2	3	4 5A (帰りのみ)
	В	火		年長~小学生	1	2	3	4 5A
サッカースクール	D	木	17:15~18:45		1	2	3	4
	E	金			1	2	3	4 5A
	F	土	14:30~16:00		1	2	3	4 5B
サッカーチーム		水	19:15~20:45	11. 4 11. 0	1	2	3	4 6(行きのみ)
	_	金	A	小4〜小6 ※リーダー推薦者	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				送道	型バス
リバニスドルフィンブ	フロア	+	15:20~16:30	年長~小学生	1	2	3	4	5B
リバティドルフィンズ	プール	1 —	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	〇歳~1歳児(親子) ※首が座ったお子様	_
	Α	月			1 2 3 4
	В	火			1 2 3 4 5A
 キッズ体操	С	水	15:40~16:50	年少~年長	1 2 3 4 6
イック仲保	D	木		※A・C 2歳児〜	1 2 3 4
	Ε	金			1 2 3 4 5A
	F	土	10:40~11:50		_
	A-1	月	16:50~18:00	- - 年長~小学生 -	1 2 3 4
	A-2	7	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
 ジュニア体操	D-1	木	16:50~18:00		1 2 3 4
ンユーア 仲採	D-2	 	18:00~19:10		1 2 3 4
	E-1	金	16:50~18:00		1 2 3 4 5A
	E-2	並	18:00~19:10		1 2 3 4 5A
	F-1	±	13:00~14:10		1 2 3 4 5B
	F-2] [14:10~15:20		1 2 3 4 5B

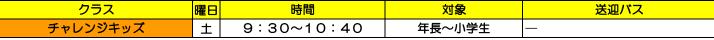
【新体操】 女の子に人気のスポーツです。ボールやリボンをつかって表現します。 柔軟性が向上し、正しく美しい姿勢をつくります。

							16.11
クラス	曜日	時間	対象			送迎バス	025
キッズ新体操	ىاد	16:50~18:00	年少~年長	1	2	3 4 6	
ジュニア新体操	水	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	П	16:50~18:00	年中~小4	1 2 3 4
ジュニアHIP☆HOP	7	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。



★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		