

# 窪町小学校開催!!

たいいくじゅく

# 体育塾

## かけっこ倶楽部



### 開催日 跳び箱

2019年6月3日(月)  
2019年6月10日(月)  
2019年6月17日(月)  
2019年6月24日(月)

(指導内容)  
全4回を通して、跳べない子は跳べる様に、  
跳べる子はもっと跳べる様に指導します。

### マット運動

2019年7月1日(月)  
2019年7月8日(月)  
2019年7月15日(月)  
2019年7月22日(月)

(指導内容)  
前転・後転をマスターする  
前転・後転を開脚や伸身にチャレンジ  
側転・逆立ちをマスターする  
マット運動総復習

### ボール投げ

2019年7月29日(月)  
2019年8月5日(月)  
2019年8月19日(月)  
2019年8月26日(月)

(指導内容)  
ドッジボールを投げる・捕る  
ドッジボールを投げる・捕る  
小さいボール(紅白だま)を片手で投げる  
小さいボール(紅白だま)を片手で捕る ※フライも捕る



東京メトロ丸の内線 茗荷谷駅 正面改札 徒歩2分  
文京区コミュニティバス「B-ぐる」窪町小学校駅 徒歩1分

**時間** 小学校1年生・2年生の部:午後3時45分～午後4時45分(受付:午後3時30分)  
小学校2年生以上の部:午後5時～午後6時(受付:午後4時45分)

**場所** 文京区立窪町小学校 体育館またはプール広場(文京区大塚3-2-3)

**定員** 各部30名 ※定員となり次第、締め切らせていただきます。

**参加条件** 小学校1年生・2年生の部:誰でも参加してください

小学校2年生以上の部:(ボール投げ)ソフトボールを10m以上投げられる

**参加費** 各5,500円(4回分) ※参加費には保険料・講師料が含まれています。

- 注意事項**
- 受付開始は教室スタートの15分前です。学校での授業の妨げになるのでその前には来ないようにしてください。
  - 室内用の運動靴を用意してください。
  - 各自、飲み物を持参してきてください。
  - 遅刻での参加は受け付けられません。必ず開始時間前に受付を済ませてください。
  - 申込み後の返金は出来ませんのでご注意ください。

### 指導者



教室リーダー  
みと ひろあき  
**三戸 裕昭**

幼少より器械体操を行い、アクロバティックな技もこなせるトランポリンのインストラクターも行っていきます。



スポーツひろば代表  
にしその かずや  
**西園 一也**



10年前に体育の家庭教師スポーツひろばを立ち上げる。現在は運動の苦手な子専門の運動教室を世田谷にてオープンさせ学校体育指導の研究を行い、多くの運動の苦手な子を解決に導いている。著書に「体育の苦手な子を解決する本」(草思社)がある。

### 申込方法

NPO法人大江戸内の専用ページにて、必要事項をご記入のうえ、お申込み下さい。  
詳しくは <http://npo-ooedo.org>

5月18日(土)  
10:00より  
エントリー開始