



Sun遊 体育教室

URL: <http://www.sunyuu.jp/>

7月レッスン計画表

7月

	月	火	水	木	金	土	日
1週			1	2	3	4	5
2週	6	7	8	9	10	11	12
3週	13	14	15	16	17	18	19
4週	20	21	22	23	24	25	26
5週	27	28	29	30	31		
幼児	15:00 ~ 16:00	14:30 ~ 15:30	15:30 ~ 16:30	14:30 ~ 15:30	15:30 ~ 16:30		
児童	16:30 ~ 17:45	16:30 ~ 17:45	17:15 ~ 18:30	16:30 ~ 17:45	17:30 ~ 18:45		

8月

	月	火	水	木	金	土	日
1週						1	2
2週	3	4	5	6	7	8	9
3週	10	11	12	13	14	15	16
4週	17	18	19	20	21	22	23
5週	24/31	25	26	27	28	29	30
幼児	15:00 ~ 16:00	14:30 ~ 15:30	15:30 ~ 16:30	14:30 ~ 15:30	15:30 ~ 16:30		
児童	16:30 ~ 17:45	16:30 ~ 17:45	17:15 ~ 18:30	16:30 ~ 17:45	17:30 ~ 18:45		

① は、お休みです。

② 水金は5月の振替で5週目もレッスンします。

① は、お休みです。

② 8月は3回レッスンです。月曜日は振替で4週レッスンします。

指導員からのコメント

梅雨が明けると長い長い夏がやってきます。年々、熱中症に関する様々な情報が飛び交う昨今ですが、まずは基礎体力の向上と基本的な生活習慣の確立・水分補給を心掛け、元気に夏を乗り切りましょう！！

さて、12月に開催される「青島太平洋マラソン」(3キロの部)のエントリー受付を開始しました。昨年度は、13名のSun遊っ子が、3キロを堂々と走り切りました。何物にも代えがたい達成感を本年度も沢山の子ども達に味わっていただきたいと思います。もう少し先の大会になりますが、暑い夏にしっかり体力をつけて、みんな笑顔で完走できるよう頑張っていきましょう！！

青島太平洋マラソン 日時：平成27年12月13日(日)
会場：宮崎県総合運動公園内
参加料：2,000円

★お知らせ★

「J. FC宮崎」様とスポンサー契約を結びました。宮崎からJリーグを！！宮崎のスポーツ界を盛り一緒に上げていければと思っています。是非「J. FC宮崎」様を応援よろしくお願ひします。

一般社団法人三遊会 Sun遊体育教室

電話: **090-2394-8636**

mail: sinpikaichi.go21@docomo.ne.jp

LINE/FBもご利用いただけます。