

申込不要！直接お越し下さい！

遊びから始めるスポーツ広場

# ホリデージム

通常活動 (すべて日曜日)

H24 **6/3、17**  
**7/1、15** (予定)  
(お楽しみ会)

※会場の都合等により、日程等に変更がある場合があります。

ローカルルールを取り入れ、気軽に競技スポーツを楽しめます。運動が苦手な人も大歓迎！遊びを通じ、スポーツへの興味・関心を引き出すことが目的です。

**時間** 朝9:30集合～11:30解散

**場所** 川村小学校 体育館

**スポーツ指導** 藤原 恭子(きよろさん)他

**会費** 小学生1名につき300円

(ホリデー会員は100円)

※中学生以上、未就学児は無料

※未就学児は保護者の付き添いが必要です

**もちもの** うわばき、のみもの、タオル ※動きやすい服装

**内容**

おにごっこ、大なわとび、ゴムだん、ドッジボール、バドミントン、とび箱、マット運動、平均台、テニス、バレーボール、バスケットボール、野球、リレーなど。また、カローリングやドッチビーなどのニュースポーツにも積極的に取り組みます！



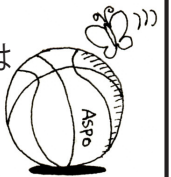
## 6、7月のミニスポーツ教室

### 「バスケットボール」

低学年、高学年に分かれてミニ教室を開催！

6、7月は「バスケ」です。

ドリブル練習から、シュート練習、最後はミニゲームで体を思いっきり動かして楽しみましょう！



「ジュニアあすぽ」では、イベント情報などを随時メール配信しています。ご希望の方はこちらへご登録下さい。

[asupo2010jr@yahoo.co.jp](mailto:asupo2010jr@yahoo.co.jp)

タイトル「ジュニアあすぽ登録」、

本文「お子様の学年と名前、連絡先電話番号」

## 7/15 (日) は、 「子ども企画のお楽しみ会！」

参加賞  
あるよ！

体を使って楽しめるレクゲームをたくさんやるよ！お友だちをさそって、遊びにきてね (予約不要)。ゲームを考えたり、司会をしたりする実行委員を募集中！挑戦したい子は連絡してね (小学4年以上)。

### 4月29日のホリデージムの様子

9:30 準備体操、2分間走

9:40 マット運動 (飛び込み前転、倒立前転、側転)

10:00 ソフトテニス教室 (低学年と高学年に分かれて)

11:00 自由遊び (中あて、バドミントン、テニスミニゲーム、バランスボール、ドッチビー、とび箱など)

11:30 みんなでモップがけ

たくさん  
遊べるよ♪

### 今後の予定

8/6 (月)、9 (木)、20 (月)

…ミニスポーツ教室「水泳」

8/23 (木) …水中運動会

※予定ですので、会場の都合等により、日程等に変更がある場合があります。

### 幼児体操クラス

お知らせ

## 「ファイトキッズ」体験会

日時: 6/13, 20, 27 (水) 16時～17時

場所: 山北児童館

講師: 東 真美先生

足柄リハビリテーションサービス  
健康運動指導士

対象: 年少～年長児

参加費: 1回500円

町外の方も  
参加OK!

内容: 跳び箱、マット運動、鉄棒等

参加方法: 下記アドレスにてご予約下さい



明日への一歩・・・

# あすぽ

あしがら総合型スポーツクラブ

申込み・問合せ先 (お気軽にお問合せ下さい)

ジュニアあすぽ [asupo2010jr@yahoo.co.jp](mailto:asupo2010jr@yahoo.co.jp)

TEL: 090-8013-5541 (担当: 秋葉) HP: <http://asupo1.com>



スポーツ振興くじ助成事業