

日 時	時 間	場 所	備 考
2月6日～7日	13:30～翌10:00	ふるさと体験館「北上」	72-2883
2月13日(土)	10:15～12:00	北上勤労者体育センター	
2月20日(土)	10:15～12:00	〃	
2月28日(日)	9:15～12:30	サンレック北上(常盤台2丁目1-33)	フォルダ体力測定

フォルダスクールジュニア合宿

合宿テーマは「積極的と傾聴」



2月6日(土)～7日(日)

集合 2月6日(土曜日) 13時30分 勤労者体育センター(バスで行きます)

解散 2月7日(日曜日) 10時 勤労者体育センター

バスで行きますので遅れないよう集合してください。

合宿の参加者15名になりました。

練習時間も多く、夕食後もチームワーク研修があります。万全な体調で参加してくださいね。

★合宿までの宿題★

自分の名前の由来を家族に聞いてくること。

3ヶ月行ったバドミントン種目

初めてラケットを握った生徒も全員がサーブを打つことができるようになりました。

高学年はルールを覚えレベルの高い試合をする生徒もいます。

「様々なスポーツでその子ができることを増やしていく」のがスクールの特徴。

2月からはミニサッカー種目「積極的」にボールに向かいシュートをバシバシ決めよう！

今月も練習の前半はトレーニングをします。

5分完走、サーキットトレーニング

先月よりトレーニング強度を上げて、体力向上とあきらめない心を強めます。

まだまだ寒い日が続きます。気を引き締めて練習をしましょう。ファイト！



ジュニア担当：宍戸朋夫

090-6687-9016

shishidotomo@softbank.ne.jp