

【お預かりする時間(サービス提供時間)】

平日 14:30~18:30

土曜日 10:00~16:00

※一部講座を再開致します。

※上記時間外でのご利用をご希望の際は事前にスタッフまでご相談ください。



講座表



日	月	火	水	木	金	土	
	1 壁面装飾を しよう! 16:50~17:40	2 お楽しみ講座 (水彩画、工作、ゲーム等) 16:50~17:40	3 ブロックで 遊ぼう! 16:50~17:40	4 お楽しみ講座 (水彩画、工作、ゲーム等) 16:50~17:40	5 お楽しみ講座 (水彩画、工作、ゲーム等) 16:50~17:40	6 AM 自習 お楽しみ講座 (水彩画、工作、ゲーム等) 14:00~14:50	
7	8 お楽しみ講座 (水彩画、工作、ゲーム等) 16:50~17:40	9 お楽しみ講座 (水彩画、工作、ゲーム等) 16:50~17:40	10 お楽しみ講座 (水彩画、工作、ゲーム等) 16:50~17:40	11 お楽しみ講座 (水彩画、工作、ゲーム等) 16:50~17:40	12 カラフル紙ねんど で遊ぼう! 16:50~17:40	13 AM 自習 音楽セラピー [平野 桂子] 14:00~14:50	
14	15 お楽しみ講座 (水彩画、工作、ゲーム等) 16:50~17:40	16 お楽しみ講座 (水彩画、工作、ゲーム等) 16:50~17:40	17 お楽しみ講座 (水彩画、工作、ゲーム等) 16:50~17:40	18 マジシャン養成講座 [小森谷 翔平] 16:50~17:40	19 お楽しみ講座 (水彩画、工作、ゲーム等) 16:50~17:40	20 AM 自習 フラモテルを 作ろう! 14:00~14:50	
21	22 お楽しみ講座 (水彩画、工作、ゲーム等) 16:50~17:40	23 ブロックで 遊ぼう! 16:50~17:40	24 カラフル紙ねんど で遊ぼう! 16:50~17:40	25 お楽しみ講座 (水彩画、工作、ゲーム等) 16:50~17:40	26 お楽しみ講座 (水彩画、工作、ゲーム等) 16:50~17:40	27 AM 自習 裏面参照 トランポリン教室に行こう! [チームシェアト] 13:00~15:00	
28	29 七夕飾りを 作ろう! 16:50~17:40	30 動き作りのスポーツ教室 [筒井 真一] 16:50~17:40	<div style="border: 2px solid purple; padding: 10px; display: inline-block;"> Puraile 通貨交換期間 6月24日~6月30日 </div>				

※講師の都合により、日程等が変更になる場合がありますのでご了承願います。

日時 6月27日（土） 13:00～15:00（移動含む）

～トランポリン教室 in チームシェアト～（無料）

新座市にあるトランポリン教室、「チームシェアト」に行ってトランポリン教室に参加します。

トランポリンの効果として

- 身体の筋肉を使い筋力強化（主に体幹筋の安定）
- バランスを取り反射神経（平衡反応）の促進を促す
- 運動発達を促す（各姿勢が上達する、ボディイメージが良くなる）
- 持続的な運動により循環機能を向上させる
- 感覚統合を促す（前庭覚、固有覚、触覚、視覚等）
- 筋肉のリラクゼーションを促す
- 関節の動きを良くする
- 姿勢の向上
- 体力の向上
- 精神面の向上（楽しみが増える）

があると言われています。

