

ソフトバレー (月)



やわらかいボールでバレーを楽しもう

2/4 更新：日程訂正版

講師 中原 修二、脇田 星子

回数	月日	曜日	テーマ	内容
1	1/20	月	ボールにふれる	○開講式 ボールで遊ぶ
2	1/27	月	パス	色々なパス
3	2/3	月	サーブ レシーブ	変化サーブ 最初の一步
4	2/10	月	アタック ブロック	気合を入れてスパイク 壁になろう
5	2/17	月	サーブカット サーブ	レセプションから試そう
6	3/2	月	総合練習	対戦ゲーム
7	3/9	月	総合練習	対戦ゲーム
8	3/16	月	総合練習	対戦ゲーム
9	3/23	月	総合練習	対戦ゲーム
10	3/30	月	総合練習	○閉講式 対戦ゲーム

教材費	なし
開講時間	19:00~21:00
定員	25名(定員になり次第、締め切ります)
場所	体育館
準備するもの	動きやすい服装、体育館シューズ、 お茶やスポーツドリンクなど(水分補給)

※ 遅刻や欠席する場合は、必ず勤労青少年ホームまでご連絡ください。

※ 受付は10月13日(日)~10月27日(日)です。

鹿児島市勤労青少年ホーム

〒890-0063 鹿児島市鴨池2丁目32-30

TEL 099-255-5771 FAX 099-255-5750

E-mail yuyukan@sjcweb.jp

ホームページ <http://yuyukan.sjcweb.jp/>

Twitter @yuyukan6

Facebook 鹿児島市勤労青少年ホーム(事務局発信)