

さくらスポーツアカデミー オンラインレッスン スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
9:00		体操教室 RYO キッズクラス	ボールテクニク RYO キッズクラス	体操教室 RYO キッズクラス			ボールテクニク RYO キッズクラス
10:00	フィットネス KANTA 大人クラス	体操教室 RYO 低学年クラス	ボールテクニク RYO 低学年クラス	体操教室 RYO 低学年クラス	スポーツヨガ KANTA 大人クラス	空手 HUNG 全学年	ボールテクニク RYO 低学年クラス
11:00	ベトナム語講座 ANH キッズクラス	体操教室 KANTA 高学年クラス	ボールテクニク KANTA 高学年クラス	体操教室 KANTA 高学年クラス	ベトナム語講座 ANH 小学生クラス		ボールテクニク KANTA 高学年クラス

※各レッスンの前日 18 時まで にメールまたはラインにてお申し込み下さい。

※zoom でのレッスンとなりますので、各ご家庭でご準備をお願い致します。

※参加費は全て 300,000VND/1 回となります。レッスン再開後の一括請求となります。

【内容】

体操教室 (45 分) : 自宅で楽しみながら出来る体操教室です。良い汗をかき、ロックダウンでの運動不足を解消しましょう。

ボールテクニク (45 分) : 室内で出来るドリブルを中心とした足技レッスンです。この期間にテクニクを上達させましょう。

空手 (45 分) : 自宅で行える内容の空手オンラインレッスンです。レッスン再開に向けて技を磨きましょう。

フィットネス・スポーツヨガ (45 分) : 保護者の皆様対象の講座です。運動不足の解消にぜひご参加下さい。

ベトナム語講座 (30 分) : SSA のベトナム人スタッフによる楽しみながら学べるベトナム語講座です。