

7・8月

SUN

MON






































TUE

WED

THU

FRI

SAT

| | | | | | | |
|------|---|---|---|---|--|---|
| 7/19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| | |  ・コーディネーション 基礎練習  ・瞬発力 ・反応強化 |  ・瞬発力 ・反応強化 | |  ・瞬発力 ・反応強化 |  ・瞬発力 ・反応強化 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 8/1 |
| |  ・コーディネーション 基礎練習  ・守備入門  ・瞬発力 ・反応強化 |  パス・ドリブル  ・腕振り ・フォーム強化 | | |  ・腕振り ・フォーム強化 | |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| |  パス・ドリブル  ・打撃入門  ・腕振り ・フォーム強化 |  ・フィジカル ・ディフェンス  ・足の運び ・下半身強化 |  ・腕振り ・フォーム強化 | |  ・足の運び ・下半身強化 |  ・腕振り ・フォーム強化 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| |  ・フィジカル ・ディフェンス  ・走塁入門  ・足の運び ・下半身強化 | | | | |  ・足の運び ・下半身強化 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| |  ・個人技 ・リフティング  ・実践打撃体験  ・直線走 ・走力強化 |  ・個人技 ・リフティング  ・直線走 ・走力強化 |  ・足の運び ・下半身強化 | |  ・直線走 ・走力強化 |  ・直線走 ・走力強化 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| |  ・対人 ミニゲーム  ・ゲーム大会  ・リレー 競争メニュー | |  サッカー |  ベースボール |  陸上 | |

※各会場所在地は裏面QRコードよりご確認ください

総合型地域スポーツクラブ 特定非営利活動法人アスロン

Athlon Junior
アスロンジュニア・スポーツクラブ

お問い合わせは…

☎ 0797-25-1684

受付時間 月 13:00-19:00 火-金 10:00-19:00 土-祝 9:00-18:00

FAX 0797-25-1685 MAIL info@athlon.jp

http://www.athlon.jp
Facebook: @AthlonJuniorSportsClub
Instagram: @athlonjunior



スマートフォンは
こちら

※日曜日は受付業務を行っておりません。※2020年4月より変更