

本荘アスしだより

2021
12月号

2021年も残りわずかになりました。
やり残すことのないよう勉強もアスレもお手伝いも
全力でやりきりましょう！！



今月の目標 持ち物には名前を書きましょう！！

12月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

1月

日	月	火	水	木	金	土
						①
2	3	4	5	6	7	8
9	⑩	11	12	13	14	16
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

26日(日)～29日(水) 短期水泳教室

18日(火)～24日(月) 泳力チェック



特別休館日

☆12月30日(木)～
1月10日(月)☆



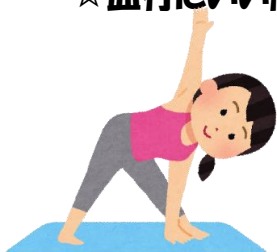
おねがい



天気が悪かったり、夕方暗くなったりして
から、バスを待っている時は、建物の影
や車の中にいると、運転手さんを見つけ
にくいです。時間になったら見えるところ
でバスを待っていただきますよう、ご協
力お願いいたします。

また、あまり天気が悪い時は、無理をせ
ず、可能であれば振替練習をしていただ
きますよう、お願いいたします。

☆血行にいい簡単ヨガポーズ☆



三角のポーズ

全身のストレッチ効果あり◎

冬休み
短期水泳教室

期間:12月26日(日)～29日(水)

今年最後の短期教室が始まります！！
苦手なところを克服したり、得意なと
ころを伸ばしたりするチャンスです。
スクール生のみなさん、ぜひお友達を
たくさん誘って参加してください！

※詳細は別紙にてお知らせしております。

2021年も残り1ヶ月になりました。今年はどうな
1年でしたか？コロナで学校が休校になったり、
ワクチンを打って腕があがらなくなったり、今年
もコロナ中心の1年だったなあと思います。だん
だんコロナも収まってきているので、来年は自
由に行動できる1年になれば嬉しいです！
それではよいお年をお迎えください。

