

フレンズジム通信

2017年 10月号

～スポーツの秋！食欲の秋？到来！！～

フレンズジム南宇都宮が8月にオープンしてあっという間に2か月がたちました。今年の夏は残念ながら夏らしい天気が少ないまま季節はすっかり秋に移り変わっています。

おかげさまで体験や見学に来てくださるお友だちも増え、教室も一層にぎやかになってきました。

これからの時期は過ごしやすく、様々な活動に取り組むには絶好の季節。フレンズジムで体を動かし、元気に過ごしてほしいと思います。

フレンズジムでは、「みんなと同じように運動ができない…」
「なかなかみんなと一緒に遊べない…」
「落ち着きがなくて…」
などの不安や困りごとに関する相談を受け付けています。

お気軽にお声かけください。



10月のイベントは

おかし作り♡

**ケーキにトッピングして
オリジナルのケーキを作ろう！！**

* イベント日はおやつ時にクッキングを行い、作ったおかしを皆でいただきます。

* エプロンのご用意をおねがいします。

* 体操は、通常通り行いますが、ゲームやクイズなどを交えたレクリエーションを行う予定です。



【活動中の服装について】

フレンズジムでは動きやすい素材の衣服での参加をお願いしております。



また、おやつの前に汗で濡れた衣服を着替えるよう促しております。合わせてご持参ください。