

1 コマ目

《腕振りを覚える》

その場で腕振り、ジャンプなどで
正しい腕振りとタイミングを覚えます。

難易度：★

対象年齢：だれでも 定員：7 名程度

2 コマ目

《腕振りを覚える》

その場で腕振り、ジャンプなどで
正しい腕振りとタイミングを覚えます。

難易度：★

対象年齢：だれでも 定員：7 名程度

3 コマ目

《正しい姿勢を覚える》

コーンやラダーを使って走る姿勢を覚えます。

難易度：★★

対象年齢：だれでも 定員：7 名程度

4 コマ目

《正しい姿勢を覚える》

コーンやラダーを使って走る姿勢を覚えます。

難易度：★★

対象年齢：だれでも 定員：7 名程度