

< こども体操教室年間練習予定 >



※赤文字がメイン練習、黒文字が予習練習

	4月	5月	6月
1週目	マット／跳び箱	マット／跳び箱	マット／跳び箱
2週目	跳び箱／鉄棒	跳び箱／鉄棒	跳び箱／鉄棒
3週目	鉄棒／平均台	鉄棒／平均台	鉄棒／平均台
4週目	平均台／マット	平均台／マット	平均台／マット

	7月	8月	9月(発表会)
1週目	マット／跳び箱	マット／跳び箱	マット
2週目	跳び箱／鉄棒		跳び箱
3週目	鉄棒／平均台	鉄棒	鉄棒
4週目	平均台／マット	平均台	平均台

	10月	11月	12月
1週目	マット／跳び箱	マット／跳び箱	マット／跳び箱
2週目	跳び箱／鉄棒	跳び箱／鉄棒	跳び箱／鉄棒
3週目	鉄棒／平均台	鉄棒／平均台	鉄棒／平均台
4週目	平均台／マット	平均台／マット	平均台／マット

	1月	2月	3月(発表会)
1週目		マット	マット
2週目	マット／跳び箱	跳び箱	跳び箱
3週目	鉄棒／平均台	鉄棒	鉄棒
4週目	平均台／マット	平均台	平均台

