

2025年度 PALジュニア体育教室 年間スケジュール

4月度(3月31日～4月27日)						
月	火	水	木	金	土	日
3/31	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

練習種目

1週目	マット
2週目	鉄棒
3週目	かけっこ・ボール
4週目	跳び箱

届出締日 4月 15日 (火)

10月度(10月1日～11月1日)						
月	火	水	木	金	土	日
		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	11/1	

練習種目

1週目	マット
2週目	鉄棒
3週目	かけっこ・なわとび
4週目	跳び箱

届出締日 10月 15日 (水)

5月度(4月28日～5月31日)						
月	火	水	木	金	土	日
4/28	4/29	4/30	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	

練習種目

1週目	マット
2週目	鉄棒
3週目	跳び箱
4週目	マット

届出締日 5月 15日 (木)

11月度(11月2日～11月30日)						
月	火	水	木	金	土	日
						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

練習種目

1週目	マット
2週目	鉄棒
3週目	跳び箱
4週目	鉄棒

届出締日 11月 15日 (土)

6月度(6月1日～6月29日)						
月	火	水	木	金	土	日
						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

練習種目

1週目	マット・鉄棒
2週目	鉄棒・跳び箱
3週目	チャレンジ
4週目	ボール・避難訓練

届出締日 6月 14日 (土)

12月度(12月1日～12月31日)						
月	火	水	木	金	土	日
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				

練習種目

1週目	マット・跳び箱・鉄棒
2週目	チャレンジ
3週目	3拠点対抗 体力測定

届出締日 12月 15日 (月)

7月度(6月30日～7月27日)						
月	火	水	木	金	土	日
6/30	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

練習種目

1週目	マット
2週目	鉄棒
3週目	かけっこ・なわとび
4週目	跳び箱

届出締日 7月 15日 (火)

1月度(1月1日～1月31日)						
月	火	水	木	金	土	日
			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	

練習種目

1週目	マット
2週目	鉄棒
3週目	なわとび・ボール

届出締日 1月 15日 (木)

8月度(7月28日～8月31日)						
月	火	水	木	金	土	日
7/28	7/29	7/30	7/31	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

練習種目

1週目	マット
2週目	跳び箱
3週目	鉄棒
4週目	跳び箱

届出締日 8月 9日 (土)

2月度(2月1日～2月28日)						
月	火	水	木	金	土	日
						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	

練習種目

1週目	跳び箱
2週目	マット
3週目	鉄棒
4週目	跳び箱

届出締日 2月 14日 (土)

9月度(9月1日～9月30日)						
月	火	水	木	金	土	日
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					

練習種目

1週目	マット・鉄棒
2週目	鉄棒・跳び箱
3週目	チャレンジ
4週目	PAL運動会

届出締日 9月 15日 (月)

3月度(3月1日～3月29日)						
月	火	水	木	金	土	日
						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

練習種目

1週目	マット・跳び箱
2週目	鉄棒・跳び箱
3週目	チャレンジ
4週目	発表会

届出締日 3月 14日 (土)

※1 太枠は届出締切日となっております。
※2 赤色は休館日となっております。

※3 各月各曜日の練習項目は都合により変更になる場合もございます。
※4 『なわとび』の時は各自持参をお願い致します。(貸出もございます。)

マット	14	かけっこ	3
跳び箱	14	なわとび	3
鉄棒	14	ボール	3
42		9	

令和6年度 運動会日程

	知立南	猿渡	ハツ田
運動会	10月14日	10月21日	5月20日
体力テスト	5/23~	6/1~	5/29~

※知立学園運動会10月

※令和7年年間予定はまだ未更新