

2026年度 PALジュニア体育教室 年間スケジュール

4月度(3月30日～4月26日)							
月	火	水	木	金	土	日	
3/30	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	
練習種目							
1週目	跳び箱						
2週目	かけっこ・ボール						
3週目	マット						
4週目	鉄棒						
届出締日 4月15日(水)							

10月度(10月1日～10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	跳び箱						
2週目	鉄棒						
3週目	マット						
4週目	縄跳び・かけっこ						
届出締日 10月15日(木)							

5月度(4月27日～5月31日)							
月	火	水	木	金	土	日	
4/27	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	跳び箱						
2週目	ボール・縄跳び						
3週目	鉄棒						
4週目	マット						
届出締日 5月15日(金)							

11月度(11月1日～11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	跳び箱						
2週目	かけっこ・ボール						
3週目	鉄棒						
4週目	マット						
届出締日 11月14日(土)							

6月度(6月1日～6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	縄跳び・かけっこ						
3週目	ドッジボール						
4週目	マット・鉄棒						
届出締日 6月15日(月)							

12月度(11月30日～12月31日)							
月	火	水	木	金	土	日	
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・鉄棒						
2週目	跳び箱						
3週目	体力測定						
届出締日 12月15日(火)							

7月度(6月29日～7月26日)							
月	火	水	木	金	土	日	
6/29	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	
練習種目							
1週目	マット						
2週目	かけっこ・ボール						
3週目	鉄棒						
4週目	跳び箱						
届出締日 7月15日(水)							

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	鉄棒						
2週目	ボール・縄跳び						
3週目	マット・跳び箱						
届出締日 1月15日(金)							

8月度(7月27日～8月30日)							
月	火	水	木	金	土	日	
7/27	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	
練習種目							
1週目	跳び箱						
2週目	ボール・縄跳び						
3週目	マット						
4週目	鉄棒						
届出締日 8月8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	かけっこ・縄跳び						
3週目	マット						
4週目	鉄棒						
届出締日 2月15日(月)							

9月度(8月31日～9月30日)							
月	火	水	木	金	土	日	
8/31	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					
練習種目							
1週目	跳び箱						
2週目	鉄棒						
3週目	マット						
4週目	PAL運動会						
届出締日 9月15日(火)							

3月度(3月1日～3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	発表会練習・跳び箱						
2週目	発表会練習・マット						
3週目	発表会練習・鉄棒						
4週目	発表会						
届出締日 3月15日(月)							

※1 黄色・・・届出締切日

※2 赤色・・・休館日

※3 緑色は保護者様 教室内での見学可能日

※4 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。

※5 『なわとび』の時は各自持参をお願い致します。(貸出もございません。)