ペンギン倶楽部　サマースクール

2018

7/25 水 辻堂海遊び＆プール

夏の最初のプログラム！！

水の楽しさを自然の中でも味わうことで泳ぐことへの大きなモチベーションとります。

海遊びでは、**安全に泳ぐための講習も**行いますので、初めて海に行く子でも安心して遊ぶことができますよ。

海の後には、流れるプールやウォータースライダーも楽しもう！！

8:50	集合：小田急線地上西口改札前集合前に、お手洗いを済ませて下さい
10:17	小田急線　鵠沼海岸駅到着
10:40	辻堂海岸到着後、海での安全講習、海遊び
12:30	昼食
13:30	海浜公園プール
14:30	練習終了
15:30	小田急線　鵠沼海岸駅発
16:58	小田急線新宿駅到着
17:10	解散：集合場所と同じ

○ 対象：年長～
○ 定員：２０名　最少催行人数：７名
○ 場所：辻堂海岸　　推奨泳力：ボビング
○ ポイント：小さな子でも色々なプールを楽しめる！
○ 備考：年中以下の参加についてはご相談ください。

チェック	持ち物
□	水着
□	タオル２枚（バスタオルの大きさがベスト）
□	ラッシュガード
□	ゴーグル
□	日焼け止め
□	虫除けグッズ
□	帽子(移動中、待機中に被ります)
□	おやつ
□	飲み物

7/27 金

日帰りサーフィン教室

8:50	集合：小田急線地上西口改札前集合前に、お手洗いを済ませて下さい
10:17	小田急線　鵠沼海岸駅到着
10:40	辻堂海岸到着後、海での安全講習、海遊び
12:30	昼食
13:30	海浜公園プール
14:30	練習終了
15:30	小田急線　鵠沼海岸駅発
16:58	小田急線新宿駅到着
17:10	解散：集合場所と同じ

○ 対象：年長～
○ 定員：２０名　最少催行人数：７名
○ 場所：辻堂海岸　　推奨泳力：ボビング
○ ポイント：小さな子でも色々なプールを楽しめる！
○ 備考：年長以下の参加についてはご相談ください。

波に乗り、海と一つになる喜びを感じましょう！！

『サーフィン＝上手に泳げる人のスポーツ』と思ってしまうかもしれませんが、

自然の中でのスポーツは、誰もが平等に楽しむことができます。

大きな自然の中で、自分の力が通用することを体験することで、大きな自信につながります。

チェック	持ち物
□	水着
□	タオル２枚（バスタオルの大きさがベスト）
□	ラッシュガード
□	ゴーグル
□	日焼け止め
□	虫除けグッズ
□	帽子(移動中、待機中に被ります)
□	おやつ
□	飲み物

7/30 月

爆走！レーサー体験

今年はペンギン倶楽部で初めてモータースポーツに挑戦。夏でも安心の室内最大級サーキットで気分はレーサー。

集中力や先を読む力を要するのもまたスポーツの醍醐味。最近流行っている本格派ゴーカートを乗りこなし、サーキットを駆け巡れ！

他にも近場の水浴びスポットに遊びに行くので、暑い日にも持って来いのプログラム。

9:00	集合：JR原宿駅 JR原宿駅前の神宮橋に集合
10:15	千葉県　香澄公園到着 大きな広場やじゃぶじゃぶ池でおもいっきり遊びます！
12:30	昼食
14:00	ハーバーサーキット千葉で講習後レーサー体験
16:15	ハーバーサーキット千葉出発
17:30	解散：原宿駅・集合場所と同じ

○対象：年齢７才以上で身長１２０㎝以上
○定員：１２名　　最少催行人数：７名
○場所：ハーバーサーキット千葉　○推奨泳力：無
○ポイント：テクニック不要、初心者大歓迎！
○備考：年齢、身長共に満たない場合は参加できません。
往復の移動はクラブのバスになります

チェック	持ち物
□	着替え一式
□	タオル
□	運動靴（サンダルで参加する場合のみ）
□	おやつ
□	飲み物
□	帽子
□	日焼け止め
□	虫よけ
□	ドライバーパス申込書

8/6
月

スペースアスレチック体験

9:00	集合　恵比寿駅西口
10:30	海浜幕張駅着　動物触れ合いタイム
12:00	昼食
13:00	空中アスレチック
15:30	海浜幕張駅出発
17:00	解散　恵比寿駅西口

○対象：身長１１０㎝　体重２０kg
○定員：１５名　○最低実行人数：７名
○場所：イオンモール幕張　○推奨泳力：無
○ポイント：体を動かすのが好きな子ならだれでもOK！
○備考：身長、体重制限に満たない場合には、参加できません。

2度の空中アスレチックを経て、今年はコレ！全天候型室内アスレチック。室内なので、フォレストアドベンチャーほど高さはないものの、その分より安全で手軽に空中アスレチックが楽しめます。また、空中アスレチックが怖い子でも、トランポリンや様々なボルダリングウォールがあるので、存分に楽しめます。
トランポリンは普段の生活では鍛えられないところも楽しく鍛えられるのでおすすめです！！
また、アスレチック後にはフクロウや様々な変わった動物たちとふれあえる動物カフェにも寄る予定です。

チェック	持ち物
□	着替え一式
□	おやつ
□	飲み物
□	ハンドタオル
□	帽子
□	靴下（着用してきていない場合のみ）
□	日焼け止め

8/8
水

第2弾！謎解き
トレジャーハンター

9:00	集合　渋谷駅　井の頭線改札前　岡本太郎壁画前
9:17	山手線→東急目黒線武蔵小山駅
10:00 15:30	林試の森公園 昼食をはさみ、謎解きトレジャーハンター
16:00	林試の森公園出発
17:00	解散　集合場所と同じ

○ 対象：年長～
○ 定員：２０名　最低実行人数：８名
○ 場所：林試の森公園　　推奨泳力：　無
○ ポイント：　宝探し、謎解きが好きな人にオススメ！
○ 備考：水場もあるので暑くても楽しめます。

　今年マリンパークで行われ好評だったトレジャーハントの第2弾。
林試の森の中に潜む様々な謎を解き明かし、ミッションに成功し、最後の宝までたどり着けるかは、**チームワーク、行動力、ひらめき、そして少しの運**次第。普段遊んでいる友達や一緒に練習しているお友達以外の子とも協力して、最後の宝を発見し、トレジャーハンターとしての名を世界に轟かせよう。

チェック	持ち物
□	着替え一式（水にぬれるため下着も）
□	虫よけ
□	日焼け止め
□	飲み物
□	おやつ
□	メモ帳
□	タオル
□	帽子

8/10 金

クリッフィング体験

ハラハラドキドキの大冒険プログラム

江の島裏からの冒険は、スタート直後から海を泳いで渡ります。そして目の前に立ちはだかる岸壁を登り、トラバースしながら江の島を半周します。

普段は見ることのできない景色や色々な海の生き物を観察しながら、大自然を肌で感じる１日です。終わった後の達成感と充足感がとっても大きいものになるでしょう！

8:50	集合：小田急線地上西口改札前 集合前に、お手洗いを済ませて下さい
10:20	小田急線　片瀬江ノ島駅着
10:45	弁天丸乗船、岩屋へ移動
11:00	軽食、ウォーミングアップ
12:00	クリッフィングスタート
15:30	クリッフィング終了　着替え、軽食
16:39	小田急線　片瀬江ノ島駅発
17:47	小田急線新宿駅到着
17:50	解散：集合場所と同じ

- ○ 対象：３年生
- ○ 定員：８名　　最低実行人数：5名
- ○ 場所：江の島　　推奨泳力：クロール２５ｍ
- ○ ポイント：冒険好きでスリルを味わうのが好きな人にオススメ！
- ○ 備考：親子参加も可能です。

チェック	持ち物
□	水着
□	タオル1枚（バスタオルの大きさがベスト）
□	ラッシュガード　または　濡れても良い長袖Tシャツ
□	長ズボンスパッツ（無ければスリムフィットのズボンまたは、ハーフパンツ）
□	ゴーグル
□	日焼け止め
□	虫除けグッズ
□	帽子(移動中、待機中に被ります)
□	おやつ
□	飲み物

8/13 月

昭和記念公園プール

8:00	集合：新宿駅バスタ口
9:30	昭和記念公園プール着
12:00	昼食 昼食後も1日中プール三昧
15:40	昭和記念公園プール出発
17:00	解散：新宿駅バスタ口

毎年大好評なプログラム今年も行われます。
実は何を隠そう去年この昭和記念公園プールで遊んだら、それまで1年半顔をつけられなかった子が次の練習の時から普通に潜れるようになりました。
魔法のプールなんです！（笑）
小さい子でも、大きい子でも色々な種類のプールが楽しめ、普段の練習の成果も見れるし、普段のプールでは味わえない楽しみ方の中で子供たちは自信をつけていきます。このようなプログラムでもっと楽しめるためにも、もっと上手になりたい！そういうモチベーションを子供たちに持たせてくれるプログラムです。

○ 対象：年長～
○ 定員：２５名　最少催行人数：10名
○ 場所：昭和記念公園レインボープール
推奨泳力：　ボビング
○ ポイント：泳げなくても、水が大好きになれる！
○ 備考：年中以下の参加についてはご相談ください。

チェック	持ち物
□	水着
□	タオル２枚（バスタオルの大きさがベスト）
□	ラッシュガード
□	ゴーグル
□	日焼け止め
□	虫除けグッズ
□	帽子(移動中、待機中に被ります)
□	おやつ
□	飲み物

8/15 水 レゴ教室ワークショップ

近年プログラミングなどが習い事として通常化しますます空間認識能力や右脳の使用が必要となっていきます。

そんなトレーニングに最適と言われているのが北欧からきたロングセラーのレゴ！！レゴを通し、ものづくりをすることにより、イメージする力、直感、閃き力が鍛えられ、それを楽しく上達させられるのです。レゴランドディスカバリーは様々なアトラクションやレゴの種類が用意されているので、存分に子供たちの想像力を活かすことが出来ます。スタッフに裏技を聞いたり、ワークショップにも参加できるので、レゴ好きな人全員集合！

9:00	集合：渋谷駅ヒカリエ改札前（出口１５付近） 集合前にお手洗いを済ませてください
10:00	デックス東京ビーチ内 レゴランドディスカバリーセンター着
11:00	レゴランド内　アトラクションの見学・体験
12:00	昼食
13:00 15:30	レゴランド内　アトラクションの見学・体験 レゴワークショップ参加とレゴブロック作成体験 創造力を存分に発揮しよう！
16:00	レゴランドディスカバリー　発
17:00	集合場所と同じ場所にて解散

○ 対象：年中
○ 定員：15名　最少催行人数：10名
○ 場所：レゴランドディスカバリーセンター　推奨泳力：　無
○ ポイント：レゴが好きで、空間認識能力を育みたい人に
　　オススメ！
○ 備考：小さい子でも気軽に参加できます。

チェック	持ち物
□	帽子
□	おやつ
□	飲み物

8/27 月

梨狩り＆アスレチック

夏の楽しい思い出の締めくくり

梨の名産地である市川・船橋の美味しい梨を沢山食べて、元気にフィールドスレチックに挑戦しよう。

フィールドアスレチックは、一つ一つのポイントを乗り越えていく過程で、**自分に対する信頼(自信）を高めていく**ことができるスポーツです。

自信がコツコツと積み重なっていき、ゴールについた時には、思いもよらない自信が手に入っているかも…

9:00	京急線品川駅　高輪口
10:20	北総線　小室駅着
10:40	梨狩りスタート
11:40	アンデルセン公園　昼食をはさみ、フィールドアスレチック
15:00	アスレチック終了、着替え
15:44	北総線　小室駅発
16:47	京急線　品川駅到着
17:00	解散：集合場所と同じ

○ 対象：年長
○ 定員：20名　　最低実行人数：10名
○ 場所：船橋アンデルセン公園　　推奨泳力：　無
○ ポイント：とにかく梨がジューシー！
　　そしてアスレチックがアツい！
○ 備考：年齢・性別問わず、全員がきっと楽しめます！
○ 必ず運動靴で参加してください。

チェック	持ち物
□	着替え一式　(じゃぶじゃぶ池がありますので、上下一式お持ち下さい)
□	タオル1枚（バスタオルの大きさがベスト）
□	日焼け止め
□	虫除けグッズ
□	帽子(移動中、待機中に被ります)
□	おやつ
□	飲み物