

ACON2023 プログラムガイド



プログラムNo.	A7part 1		
プログラム名	マッスルメモリー（垣根結びとABCモールス）		
どんなことするの？	あら不思議絶対忘れない【佐久間式スキルインターバル】		
実施日時	16日 15:00~17:00(2.0時間) 17日 13:00~15:00(2.0時間)		
募集人員（各回）	8 人	最少催行人員（各回）	1 人
予約	なし	最終受付時間（各回）	5分前
実施内容			
<ul style="list-style-type: none"> ■ 30分おきに垣根結びとモールスを繰り返します。 時間を空けて実施することで筋肉は記憶を深く刻んでいきます。 垣根結びができれば、他の結びは本見てできます。垣根の克服が大事。 ■ Bはツートット。これはビートルズと覚えます。 Fはトットット。これは富士ルートと覚えます。 Lはトツートット。これはレディガガと覚えます。 Zはツーツートット。これはブルー族と覚えます。 ■ 佐久間式ボーイスカウト流ゴロ合わせなら、60歳でも30分で覚えられます。 			
持ち物		実施場所	
<ul style="list-style-type: none"> ■ 筆記用具 ■ ロープ ■ 笛、懐中電灯 		<p style="text-align: center;">施設配置図</p> <p style="text-align: right;">★ ←集合場所 ○ ←実施予定場所</p>	
服装・留意点			
<ul style="list-style-type: none"> ■ 動きやすい服装 			
特記事項&こもれびカフェで事前にやっておける事			
<ul style="list-style-type: none"> ■ ビジターセンターで集合 ■ 中央広場でやります。 			