

運動機能向上教室

体育のトモダチ 冬🌨️コース募集



総合体育館、コスモスアリーナのキッズ、J1、J2コース(全10回・都度払い1回700円)
水曜日・日曜日のリトルコース(全10回・都度払い1回500円)
新規受付については各会場にお問い合わせください。
継続者優先になるため、空きがあるコースの募集をさせていただきます。
各コース定員になり次第、締め切らせて頂きます。

総合体育館 048-543-0101
コスモスアリーナ: 048-548-3112

コース	コース内容	対象
リトル	お父さんお母さんと一緒に楽しく身体を動かしていきます	2歳~3歳
キッズ	コーディネーショントレーニングを中心に動ける身体の基本を作ります	未就学児
J1	体育種目のマット・跳箱・鉄棒を中心とした運動の技術向上を目指します	小学1~3年生
J2	個々の特性を伸ばし、より高度な身体の動きを習得していきます	小学4年生以上

場所	曜日	コース名	12月			1月		2月		3月			時間	定員	対象
総合体育館	月曜日	キッズコース	4日	11日	18日	15日	22日	5日	19日	4日	11日	18日	15:45~16:40	14名	未就学児
		J1コース	マ	マ	跳	跳	鉄	鉄	マ	跳	鉄	テ	16:45~17:40	14名	小学1~3年生
		J2コース	ト	ト	箱	箱	棒	棒	ト	箱	棒	スト	17:45~18:40	14名	小学4年生以上

場所	曜日	コース名	12月			1月				2月		3月		時間	定員	対象
総合体育館	水曜日	リトル	6日	20日	10日	17日	24日	31日	21日	28日	6日	13日	10:20~11:05	12名	2歳~未就園児	
		キッズコース	マ	マ	跳	跳	鉄	鉄	マ	跳	鉄	テ	15:45~16:40	14名	未就園児	
		J1コース	マ	マ	箱	箱	棒	棒	ト	箱	棒	スト	16:45~17:40	14名	小学1~3年生	
		J2コース	ト	ト									17:45~18:40	14名	小学4年生以上	

場所	曜日	コース名	12月			1月			2月	3月			時間	定員	対象
アリス・イモナス	金曜日	キッズコース	8日	15日	22日	12日	19日	26日	9日	1日	8日	15日	15:45~16:40	14名	未就学児
		J1コース	マ	マ	跳	跳	鉄	鉄	マ	跳	鉄	テ	16:45~17:40	14名	小学1~3年生
		J2コース	ト	ト	箱	箱	棒	棒	ト	箱	棒	スト	17:45~18:40	14名	小学4年生以上

場所	曜日	コース名	12月			1月			2月		3月			時間	定員	対象
アリス・イモナス	土曜日	キッズコース	16日	23日	13日	20日	27日	3日	24日	9日	16日	23日	15:45~16:40	14名	未就学児	
		J1コース	マ	マ	跳	跳	鉄	鉄	マ	跳	鉄	テ	16:45~17:40	14名	小学1~2年生	
		J2コース	ト	ト	箱	箱	棒	棒	ト	箱	棒	スト	17:45~18:40	14名	小学4年生以上	

場所	曜日	コース名	12月			1月			2月		3月		時間	定員	対象
アリス・イモナス	日曜日	リトル	10日	17日	24日	14日	21日	28日	4日	25日	10日	17日	14:45~15:30	12名	2歳~未就園児
		キッズコース	マ	マ	跳	跳	鉄	鉄	マ	跳	鉄	テ	15:45~15:30	14名	未就園児
		ジュニアコース	ト	ト	箱	箱	棒	棒	ト	箱	棒	スト	16:45~17:40	14名	小学生

※リトルコースはご父兄と一緒に運動をしますので、動きやすい服装でお越しください。

※キッズ・J1・J2コースのご父兄は教室の外にある椅子のあるスペースでお待ち頂きますようお願い致します。

※キッズコースはお子様1人でコーチのお話が聞けるお子様が対象です。ご父兄が必要なお子様はリトルコースをご利用ください。

※最終日のテストはご父兄の参観日になります。お子様の成長をご覧ください。

※運動に適した服装と水分、総合体育館の跳び箱のレッスン及びテストとコスモスアリーナ全レッスンは室内シューズを持参ください。

※お休みされた場合は総合体育館、コスモスアリーナどちらでも振替可能です。お振替の時は事前にご連絡ください。

※お休みされる時と、お振替の時は事前にご連絡ください。

※日程は都合により変更になる場合がありますのでご了承ください。