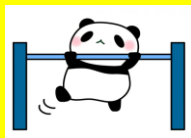


運動機能向上教室

体育のトモダチ 秋 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。
定員になり次第、締め切らせて頂きます。

お問合せ 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~未就園児 |
| 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 | 9月 | | | | 10月 | | | | 11月 | | | | 時間 | 定員 | 対象 |
|-------|-----|--------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------------|-----|---------|----|----|
| 総合体育館 | 月曜日 | キッズコース | 11日 | 25日 | 2日 | 16日 | 23日 | 30日 | 6日 | 13日 | 20日 | 27日 | 15:45~16:40 | 14名 | 未就学児 | | |
| | | J1コース | 跳び箱 | 跳び箱 | マット | マット | 鉄棒 | 鉄棒 | 跳び箱 | マット | 鉄棒 | テスト | 16:45~17:40 | 14名 | 小学1~3年生 | | |
| | | J2コース | | | | | | | | | | | 17:45~18:40 | 14名 | 小学4年生以上 | | |

| 場所 | 曜日 | コース名 | 9月 | | | 10月 | | 11月 | | | | 時間 | 定員 | 対象 | |
|-------|-----|--------|----|-----|-----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|-------------|-----|---------|
| 総合体育館 | 水曜日 | リトル | 6日 | 13日 | 27日 | 4日 | 11日 | 1日 | 8日 | 15日 | 22日 | 29日 | 10:20~11:05 | 12名 | 2歳~未就園児 |
| | | キッズコース | 跳 | 跳 | マ | マ | 鉄 | 鉄 | 跳 | マ | 鉄 | テ | 15:45~16:40 | 14名 | 未就園児 |
| | | J1コース | び箱 | び箱 | ット | ット | 棒 | 棒 | び箱 | ット | 棒 | スト | 16:45~17:40 | 14名 | 小学1~3年生 |
| | | J2コース | | | | | | | | | | | 17:45~18:40 | 14名 | 小学4年生以上 |

| 場所 | 曜日 | コース名 | 9月 | | | | 10月 | | | 11月 | | | 時間 | 定員 | 対象 |
|---------|-----|--------|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------------|-----|---------|
| アリス1モナス | 金曜日 | キッズコース | 1日 | 8日 | 15日 | 22日 | 6日 | 13日 | 27日 | 10日 | 17日 | 24日 | 15:45~16:40 | 14名 | 未就学児 |
| | | J1コース | 跳 | 跳 | マ | マ | 鉄 | 鉄 | 跳 | マ | 鉄 | テ | 16:45~17:40 | 14名 | 小学1~3年生 |
| | | J2コース | び箱 | び箱 | ット | ット | 棒 | 棒 | び箱 | ット | 棒 | スト | 17:45~18:40 | 14名 | 小学3年生以上 |

| 場所 | 曜日 | コース名 | 9月 | | | | 10月 | | 11月 | | 12月 | | 時間 | 定員 | 対象 |
|---------|-----|--------|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|-------------|-----|---------|
| アリス1モナス | 土曜日 | キッズコース | 2日 | 9日 | 16日 | 30日 | 14日 | 28日 | 18日 | 25日 | 2日 | 9日 | 15:45~16:40 | 14名 | 未就学児 |
| | | J1コース | 跳 | 跳 | マ | マ | 鉄 | 鉄 | 跳 | マ | 鉄 | テ | 16:45~17:40 | 14名 | 小学1~2年生 |
| | | J2コース | び箱 | び箱 | ット | ット | 棒 | 棒 | び箱 | ット | 棒 | スト | 17:45~18:40 | 14名 | 小学3年生以上 |

| 場所 | 曜日 | コース名 | 9月 | | | 10月 | | | 11月 | | | | 時間 | 定員 | 対象 |
|---------|-----|---------|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------------|-----|-----|-------------|-----|---------|
| アリス1モナス | 日曜日 | リトル | 3日 | 10日 | 24日 | 1日 | 15日 | 29日 | 5日 | リトルのみ 中止 | 19日 | 26日 | 14:45~15:30 | 12名 | 2歳~未就園児 |
| | | キッズコース | 跳 | 跳 | マ | マ | 鉄 | 鉄 | 跳 | 12日 | 鉄 | テ | 15:45~15:30 | 14名 | 未就園児 |
| | | ジュニアコース | び箱 | び箱 | ット | ット | 棒 | 棒 | び箱 | マット | 棒 | スト | 16:45~17:40 | 12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、総合体育館のピンク色塗り日・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。