

冬季短期教室生徒募集!

『短期』でココロもカラダも
 どんどん強くなる!
 さあ、冬に育てよう!
 君の挑戦力!!

まずは電話でご予約!

11月14日(水)

9:00~

0297-48-8838

 **スイミング**  **12月24日(月)~26日(水) 3日間**

時間	レベル	料金(税込)	対象	定員
9:00~10:30(90分)	上級(毎日テスト)	6,480円	白帽子【12級~19級】	45名
	上級	5,400円	白帽子【1級~11級】	48名
11:00~12:15(75分)	初級(水慣れ:赤・桃) 中級(泳法習得: 橙・黄・青・水)	4,860円	4歳~中学生	96名
14:00~15:00(60分)	一般限定 (水慣れ:赤のみ 顔付け、潜る 浮く、壁けり動作)	4,320円	4歳~小学生	24名
15:30~16:45(75分)	初級(水慣れ:赤・桃) 中級(泳法習得: 橙・黄・青・水)	4,860円	4歳~中学生	90名

【中級：泳法習得の練習について】

通常クラスとは違い、新たに習得する泳ぎを **徹底的** に練習していきます。
 つまり、3日間で **上達する可能性が大幅にアップ** するということです!!

例 青帽子(平泳ぎの習得)の場合

- キック動作(脚の動作)が出来ていない⇒キック動作(脚の動作)を習得するための練習を中心にを行います。
- キック動作(脚の動作)が出来ている ⇒手と脚のコンビネーションでの練習を中心にを行い、手と脚のコンビネーションで泳ぐ回数を多くします。

【白帽子 毎日テストクラスについて】 **大好評につき、今回も実施!!**

対象：12級~19級保持者

内容：進級テストを毎日実施します。通常の進級テスト時と同じ内容となります。

ただし、1日のテスト回数は、1人1回となります。

例 18級保持者の場合
 1日目 25mクロールをテスト ⇒合格(17級に進級)
 2日目 25m平泳ぎをテスト ⇒合格(16級に進級)
 3日目 25mバタフライをテスト⇒合格(15級に進級)

最大3つ
 進級が
 可能です!!

早く進級したいみんなの参加を待っているよ★



<体操>

キミの得意種目を見つけよう！
いろいろな技に挑戦して
目指せ！体操マスター！！



12月24日(月)、25日(火)、26日(水)3日間
 料金：4,860円(税込)

時間	レベル	対象	定員
9:00~10:15(75分)	鉄棒特訓：初心者~中級者	小学生	8名
	跳箱特訓：初級者・中級者		10名
	ハンスプリング~バク転特訓 中級者・上級者		10名
10:30~11:45(75分)	初心者・初級者	4歳~未就学児	12名
		小学生	10名

※9:00クラスは、鉄棒(空中逆上がり、だるま回り、こうもりくぐり)、跳箱(開脚開脚、ヘッドスプリング)、ハンスプリング~バク転特訓の3種目の内1種目を選択して行います。

※10:30クラスは、跳箱：開脚跳び・閉脚跳び・台上前転、鉄棒：逆上がり・腕立て後転、マット：前転・後転・側転を中心に練習します。

※ハンスプリング~バク転特訓クラスの参加条件は、下記となります。

- ・倒立前転ができる。・ブリッジができる。・倒立からブリッジができる。
- ・足が上がった大きな側転ができる。
- ・短期教室初参加の場合は、10:30の初心者クラスに参加いただけます。

<なわとび>

誰でもできる様に練習します!!
2重跳びをマスターしたいみんな、
集まれー!!



12月24日(月)、25日(火)、26日(水)3日間
 料金：4,860円(税込)

時間	レベル	対象	定員
12:15~13:15(60分)	初心者~	4歳~小学生	20名

リズム跳びから2重跳びなどの高度な技にチャレンジしていきます。
 縄を回すところから始めていくので、初心者の方でも安心です。

<テニス>

初めてのジュニア大歓迎!
この機会に、テニスに
チャレンジしてみよう!!
この短期で一気にレベルアップ!!

料金：	キッズ	1,300円(税込) / 1回
	初心者	4,320円(税込)
	75分	4,860円(税込)
	ソフトテニス (初心者)	4,860円(税込)
	ソフトテニス	5,400円(税込)



12月24日(月)、25日(火)、26日(水)3日間
 *キッズ実施日12月25日(火)、26日(水)の2日間

時間	レベル	対象	定員
8:00~9:00(60分)	キッズ(2日間)*1	4歳~未就学児 (一般、テニス未登録者)	4名/1日
	初心者	小学生	12名
9:30~10:30(60分)	初心者		12名
9:30~10:45(75分)	初級者	ビギナー1(半年未満経験者)	8名
11:00~12:00(60分)	初心者	ビギナー1(半年未満経験者)	12名
11:00~12:15(75分)	初中級者	ビギナー2(半年以上経験者)	8名
16:45~18:15(90分)	ソフトテニス(初心者)	小学6年年~中学生	12名
18:30~20:00(90分)	ソフトテニス	小学6年年~中学生 (半年以上の経験者)	12名

*1 キッズクラスは12/25(火)・26(水)2日間、1日毎に申込ができます。

ご予約・お申し込み方法

電話でのご予約の際、繋がりにくい場合がございます。予めご了承ください。

「短期教室予約」とお伝えください。

- *以前受講いただいた時の短期番号
(練習報告書に記載の番号)
- *お名前、電話番号
- *ご希望の種目、時間、クラス
以上をお聞きします。

予約後8日以内に

スクールフロントにて、申込用紙に
 必要事項を記入し、受講料を添え
 てお申し込みください。

【写真撮影】

スマイミング

短期2日目の練習開始15分経過後から20分間
 実施、また上級は30分経過後から30分間実施
 します。

体操・縄跳び教室

ギャラリーより随時撮影可能となります。

テニス

フェンスの外側から随時撮影可能となります。