

ジュニアスポーツ 体験会

いろいろな種目を体験して、
自分の好きなスポーツを見つけよう!!

日程

2024年
10月14日
(月・祝)

全種目無料

(複数種目受講可能)

予約開始日時：9月17日(火) 11:00～ お申込、ご予約は下記のお電話番号まで

スケジュール

時間	種目	対象	定員
9:00～10:00	サッカー	(4歳～小学生)	15名
9:00～10:00	スイミング	(4歳～小学生)	40名
10:00～11:00	日本舞踊	(4歳～小学生)	10名
10:15～11:15	テニス	(4歳～小学生)	20名
10:30～11:30	スイミング	(4歳～小学生)	40名
11:00～12:00	クラシックバレエ	(3歳～小学生)	15名
12:00～13:00	テコンドー	(4歳～小学生)	20名
13:00～14:00	空手	(4歳～小学生)	15名
13:00～14:00	ヒップホップ	(4歳～小学1年生)	15名
14:30～15:30	ヒップホップ	(小学1年生～4年生)	15名
14:30～15:30	卓球	(小学生)	4名
16:00～17:00	テニス	(4歳～小学生)	20名

体験会受講後の特別入会特典あります➡



総合型
スポーツクラブ

GOLD'S GYM × **JAC**

ゴールドジム 土浦茨城ジョイフルアスレティッククラブ

【営業時間】平日/7:00～23:00 土曜日/7:00～22:00 日曜日/7:00～20:00

【休館日】毎月第3月曜日 ※AM7:00～10:00はトレーニングジムのみご利用いただけます。

TEL: 029-842-8833

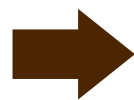
〒300-0843 茨城県土浦市中村南4丁目11番7号

スポーツ体験会

参加者限定入会特典

01

事務手数料
3,300円



無料

02

スイミング

当社指定の
水着・スイミングキャッププレゼント

他種目

スポーツ用品が購入できる
商品券 3,000 円分プレゼント

03

今回の体験会受講後、会員以外の方のご入会に際し
特別特典として

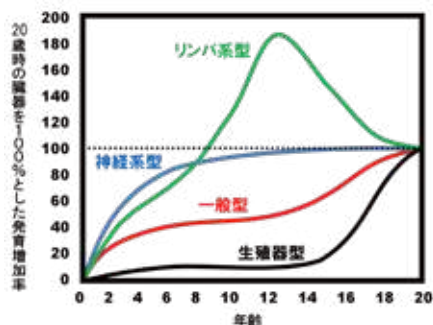


月会費 初月半額



お母さん、お父さんご存じですか？
「運動能力の基礎」は幼少期に作られます。
この時期の積極的な運動が発達を促します！

スキャモンの発育曲線



スキャモンの発育曲線とは？
ヒトは生まれてから成人（20歳）するまでの過程で、
身長や臓器が大きく成長していきますが、
その成長具合をグラフで示したものが
スキャモンの発育曲線です。



プレゴールデンエイジ 3～8歳

神経系が急速に発達していくため、運動能力の基礎が出来上がる時期です。
そのため、器用さ・リズム感・バランス感覚などの習得ができます。
スイミングやテニス、ヒップホップなど多種多様な動きを体験することが大切です。また、小学生に入る6歳からでは、すでに神経系の発達がある程度進んでしまっている段階です。



ゴールデンエイジ 9～12歳



神経系の発達がほぼ完了します。
運動の技術を即座に習得できる時期です。スポーツにおける複雑・高度な技術もすぐに覚えることができる大変貴重な時期です。
筋力、体力トレーニングではなく、テクニックを身につけるのに最適です。

ぜひ、幼少期から運動を行っていきましょう！

一体験会種目のご紹介



スイミング



水が好きになり泳げるようになることはもちろん、
心肺機能が強くなり健康な身体を育みます。

テニス



バランスや反応など、お子様の
コーディネーション能力を
高める効果があり、運動能力
向上に役立ちます。

サッカー



空間把握能力が磨かれます。
また、チームスポーツの
サッカーは、集団での
コミュニケーション能力も
身につきます。

クラシックバレエ



バレエは体幹が強くなり、
姿勢が良くなります。
その結果立ち居振る舞いが
美しくなります。

空手



空手はお子様の身体を強く
します。
また、礼儀作法・礼節を
重んじこれらを身につける
ことができます。

ヒップホップ



ダンスは自己表現や創造性を
向上させ、運動能力や協調性
が身につきます。

テコンドー



テコンドーは足技が多く、
体の柔軟性が向上します。
また、精神を鍛錬し
礼儀・礼節も身につきます。

卓球



卓球はスピード感のある
ラリーが楽しく魅力的です。
予測力や判断力を養い、
一歩先のことを考える力が
つきます。

日本舞踊



「和」の心と美しさの感受性
を育て、綺麗な立ち振る舞い
や礼儀作法を身につけること
が出来ます。