

2020年夏休み「キッズアスレチック短期教室」

※会場は全て南生協病院「健診フィットネスセンター3階」/感染予防策を万全に行います

グループレッスン一覧

コース名	日程	対象	時間	定員	番号
マット・鉄棒・跳び箱	7/21(火)～24(金)	年長～小学生	9:00～10:00	10名	①
		3歳～年長	10:15～11:15	6名	②
鉄棒・跳び箱	7/27(月)～29(水)	年長～小学生	9:00～10:00	10名	③
		3歳～年長	10:15～11:15	6名	④
走り方(かけっこ)・鉄棒	7/30(木)～31(金)	年長～小学生	9:00～10:00	10名	⑤
		3歳～年長	10:15～11:15	6名	⑥
鉄棒・跳び箱	8/3(月)～5(水)	年長～小学生	9:00～10:00	10名	⑦
		3歳～年長	10:15～11:15	6名	⑧
走り方(かけっこ)・跳び箱	8/6(木)～7(金)	年長～小学生	9:00～10:00	10名	⑨
		3歳～年長	10:15～11:15	6名	⑩

■参加費(税込) ■①②:6,400円 / ③④⑦⑧:4,800円 / ⑤⑥⑨⑩:3,300円

プライベート

日程	番号
7/22(水)	⑪
7/24(金)	⑫
7/27(月)	⑬
7/31(金)	⑭
8/3(月)	⑮
8/5(水)	⑯
8/7(金)	⑰

プライベートレッスンは、「鉄棒・跳び箱・かけっこ」のうちから1つをお選びいただき、お子さまの状況に合わせてピンポイントで指導するレッスンです。

完全な「マンツーマン」となりますので、運動が苦手・嫌いというお子さまにこそご参加いただき、「できた!!」の感動を味わっていただきたいと思います。

■参加費(税込) ■ 3,500円

■対象年齢 ■ 年長以上

■時間 ■ 全て 13:00～13:45

※上記以外の種目をご希望の場合は、お申込みの際にご相談下さい。
可能な範囲内であれば対応します。

ランニング

日程	番号
7/26(日)	⑱
8/2(日)	⑲
8/9(日)	⑳

中～長距離走のためのポイントをレッスンします。

「足」の使い方を覚えるために、裸足のレッスンを行ったり、天候次第では実際に屋外で走って実践する機会も設けます(希望者のみ)。

※基本は室内での講習です。

■参加費(税込・1日につき) ■1,600円 / 親子2名の場合 2,500円

※3人目からは、大人 1,000円・子ども 500円

■対象年齢 ■ 年長以上

■時間 ■ 全て 10:00～11:00