

《体操教室 お試し体験のご案内》



体操教室では4種目(マット、跳箱、鉄棒、トランポリン)を毎週2種目プラス短縄、長縄、かけっこ、ボール、フーズなどの副種目に加えて毎週実施しております。

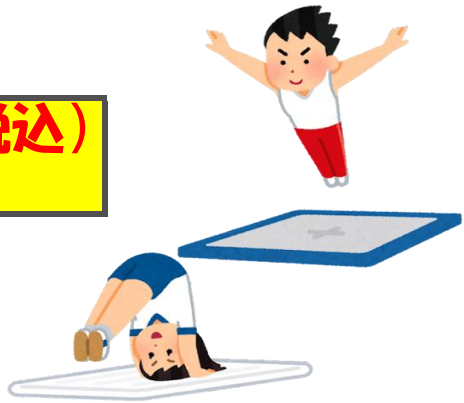
体験料 1回 500円(税込)
期間 5月～6月

【4種目の体操器具と運動効果】

- ・トランポリン 体幹運動、バランス調整力を養います。
- ・跳箱 走る、蹴る、跳ぶ等の運動から主に脚力を養います。
- ・マット 幼児期は主にでんぐり返しなどの回転技や倒立系などの運動から脳の活性化を図ります。
- ・鉄棒 腕の支持力や回転感覚を養います。

この4種目の運動を平行して行うことで、バランスよく成長して参ります。

※5/20～6/1はテスト週の為、練習回数が少なくなりますのでご了承ください。



【本科コースご案内】

対象	月曜日	水曜日	木曜日	土曜日
T A(4歳～小学1年)	15:30～16:20	15:30～16:20	15:30～16:20	11:30～12:20
T B(1年生～3年生)	16:30～17:20	16:30～17:20	16:30～17:20	10:30～11:20
T C(3年生～6年生)	17:30～18:20	17:30～18:20	17:30～18:20	12:30～13:20



※土曜コースは定員になり次第体験も締め切らせていただきます。

**本科コースは現在、平日コースが空いております。
定員になり次第ご入会をストップ致します。
お早めにお申し込み下さい。**

※お申し込み入金後は返金できかねます。予めご了承ください。

《IPSスポーツクラブ体操教室》

〒321-0118 栃木県宇都宮市インターパーク74-2-3

・TEL 028-657-6565

体操指導者 齊藤