

# セレクトGYM 生野校

期間：7月26日(月)～7月31日(土)

昨年大好評のトワイライトウィークがセレクトGYMとして再登場！！  
1コマからの受講も可能♪スペシャルレッスンが勢ぞろい！！  
この夏、夏以上に熱いアインスに注目！！感染症対策も徹底し安全に開催します！！

## ☆時間割・各コース定員・コース内容☆

時間	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
10:00	親子体操 TP前半	カブス【マット】 【とび箱】	キンダー【鉄棒】 【マット】	カブス【とび箱】 【鉄棒】	キンダー【鉄棒】 【マット】	TP前半
10:50			10名			
11:00	忍者体操 TP後半	ジュニア【マット】 【とび箱】	バク転チャレンジ	TP後半	ジュニア【鉄棒】 【マット】	バク転チャレンジ
11:50				身体能力 爆上げ トレーニング	体操 ゲーム	バランス マスター 後半
13:00	鉄棒・とび箱 特訓					
13:50		アクロバット			プライベート レッスン	
14:00	オリンピック 種目体験		ジムナスト 3h		アクロバット	大人の 体操教室
14:50				ジムナスト 3h	プライベート レッスン	ジムナスト 3h
15:00	プライベート レッスン	プライベート レッスン			プライベート レッスン	
15:50			プライベート レッスン		プライベート レッスン	プライベート レッスン

コース名	対象	定員	授業内容	コース名	対象	定員	授業内容
カブス	2歳～年少児	10名	体操は色々なスポーツの基本です。マット・とび箱・鉄棒・トランポリンを使って元気いっぱい、楽しく身体を動かしましょう！	バク転チャレンジ	年長児以上	10名	憧れのバク転に挑戦！みっちり1時間バク転特訓！これで君もクラスのヒーローだ！
キンダー	年中児・年長児	10名	マット・とび箱・鉄棒・トランポリンを使って楽しく基礎運動神経やバランス感覚を養いましょう！	親子体操	2歳～年少児	10名	まだお父様、お母様と離れて体操するのが不安な方や、親子で体を動かしたいという方にピッタリなコース！親子で楽しく汗を流しましょう！！
ジュニア	小学生以上	10名		リズム ジャンプ	年少児以上	10名	リズムに合わせて体を動かす事で、脳の活性化を促し運動能力向上につながり、運動が苦手な方でも楽しく行えます。スポーツリズムトレーニングの資格を持ったスタッフがレッスン！！
トランポリン (TP)	年少児以上	10名	大きな競技トランポリンやミニトランポリンを使って空中感覚やバランス感覚を養いましょう！	身体能力 爆上げ トレーニング	年長児以上	10名	身体能力を上げるコーディネーショントレーニングをはじめ、学校で行う体力測定のポイントレッスンを実施！運動嫌いだと思っている皆さん！これに参加すれば身体が変わります！
ジムナスト3h	ジュニア2以上 体操経験者	15名	もっと上手になりたい！もっと練習がしたい！そんなあなたの為の3時間特訓コースです。	忍者体操	年長児以上	10名	壁のぼりの術や綱渡りの術など体操の動きを使って皆で忍者に変身だ！皆で免許皆伝を目指すぞぞぞ！
アクロバット	壁倒立が出来る 年長児以上	15名	憧れのバク転や宙返りに挑戦！他競技の選手の参加も大歓迎！	体操ゲーム	年中児以上	10名	体操の動きを使って、色々なゲームを行います。ゲームで楽しく体を動かして体操も上手になる素敵なコース！皆で笑って競って楽しもう！！
鉄棒・とび箱 特訓	年中児以上	10名	とにかくマスターしたい技の集中特訓コースです。苦手を克服、得意種目の更なる成長に！	バランスマスター	年長児以上	5名	バランスボールや一輪車を利用してバランス感覚を養うコース。これで君もバランスマスターだ！
大人の 体操教室	高校生以上	10名	お父様、お母様の参加も大歓迎！なまった体を動かしてみたい！昔体操経験があり久しぶりに動いてみたい！などなど…大人の方に向けた体操教室を開催します！	オリンピック 種目体験	年長以上	10名	普段触る事のない吊り輪や平行棒、平均台や跳馬などオリンピックの種目を体験しよう！未経験者でも楽しみながら参加できる内容です。皆でオリンピックを体験しよう！！
プライベート レッスン	対象制限なし	各曜日 異なります	先生独り占めのスペシャルコース！！希望のレッスン内容に沿って1対1で指導いたします。上達間違いなし！！				

受付開始日：2021年6月21日(月) 10:00～電話予約OK TEL06-6753-5343 (LINE 予約は不可となります)

※電話予約の方は予約から1週間以内に、指定の申込み用紙に必要事項を記入の上、ご入金下さい。

ご入金がない場合は、次の方に申込み権利が移りますのでご了承下さい。

※各コース定員になり次第、締め切らせていただきます。人気コースの予約はお早めに！

当日空きのあるコースに限り飛び入り参加も可能です。

対象：会員様・ご兄弟・お友達・非会員の方も大歓迎です。

キャンセル：キャンセル規定に基づき返金させていただきます。

※4日前以上→100%返金 3日前→50%返金 前々日以降→返金なし

※コロナ事情により開催されない場合は全額返金いたします。



## ☆一般参加者限定特典☆

期間は8月31日まで！

無料体験チケットプレゼント

※兄弟・友人のご使用も可

チケット利用後期間中に

ご入会の方に限り

Tシャツ・ハーフパンツプレゼント



きりとり

アインス体操クラブ生野本校 2021 セレクトGYM 申込用紙			
申込日 2021年 月 日		(会員・兄弟・一般)	
フリガナ	学年	男・女	
氏名	TEL ( )	-	
住所 〒	-		

参加コースに☑をご記入ください。複数コース受講可能です♪

	7月26日(月)	7月27日(火)	7月28日(水)	7月29日(木)	7月30日(金)	7月31日(土)
コース	<input type="checkbox"/> 親子体操 <input type="checkbox"/> 忍者体操 <input type="checkbox"/> トランポリン前半 <input type="checkbox"/> トランポリン後半 <input type="checkbox"/> ジュニア <input type="checkbox"/> 鉄棒・とび箱特訓 <input type="checkbox"/> オリンピック種目体験 <input type="checkbox"/> プライベートレッスン	<input type="checkbox"/> カブス <input type="checkbox"/> キンダー <input type="checkbox"/> トランポリン前半 <input type="checkbox"/> トランポリン後半 <input type="checkbox"/> ジュニア <input type="checkbox"/> バク転チャレンジ <input type="checkbox"/> アクロバット <input type="checkbox"/> ジムナスト3h <input type="checkbox"/> プライベートレッスン	<input type="checkbox"/> カブス <input type="checkbox"/> キンダー <input type="checkbox"/> トランポリン前半 <input type="checkbox"/> トランポリン後半 <input type="checkbox"/> ジュニア <input type="checkbox"/> バク転チャレンジ <input type="checkbox"/> アクロバット <input type="checkbox"/> ジムナスト3h <input type="checkbox"/> プライベートレッスン	<input type="checkbox"/> リズムジャンプ <input type="checkbox"/> 鉄棒・跳び箱特訓 <input type="checkbox"/> バランスマスター前半 <input type="checkbox"/> バランスマスター後半 <input type="checkbox"/> 身体爆上げトレーニング <input type="checkbox"/> 体操ゲーム <input type="checkbox"/> プライベートレッスン	<input type="checkbox"/> カブス <input type="checkbox"/> キンダー <input type="checkbox"/> トランポリン前半 <input type="checkbox"/> トランポリン後半 <input type="checkbox"/> ジュニア <input type="checkbox"/> バク転チャレンジ <input type="checkbox"/> アクロバット <input type="checkbox"/> ジムナスト3h <input type="checkbox"/> プライベートレッスン	<input type="checkbox"/> 親子体操 <input type="checkbox"/> オリンピック種目体験 <input type="checkbox"/> 忍者体操 <input type="checkbox"/> リズムジャンプ <input type="checkbox"/> 大人の体操教室 <input type="checkbox"/> ジムナスト3h <input type="checkbox"/> プライベートレッスン

- ・1時間コース ￥1,650 × \_\_\_\_\_ 回
- ・2時間コース【アクロバット・大人の体操教室】 ￥2,200 × \_\_\_\_\_ 回
- ・3時間コース【ジムナスト3h】 ￥3,300 × \_\_\_\_\_ 回
- ・プライベートレッスン ￥5,500 × \_\_\_\_\_ 回

※プライベートレッスンのスタッフ指名は致しかねますので予めご了承下さい。

合計 ￥ \_\_\_\_\_

今こそ身体を動かそう！！

# セレクトGYM

期間 7月26日(月)～31日(土)

アインストレーニングクラブ  
八尾校



受付開始日 2021年6月21日(月)10:00～ 電話予約Tel06-6753-5343 ※生野本校に転送されます。  
※電話予約の方は予約から1週間以内に指定の申込用紙に必要事項をご記入の上、ご入金下さい。ご入金がない場合には、  
次の方に申込権利が移りますのでご了承下さい。(LINE予約はできませんのでご注意下さい。)

服装 運動するにあたりふさわしいもの(スカートやジーンズ、金具等がついたものは禁止)  
持ち物 飲み物、タオル(途中休憩がございます)  
キャンセル ※キャンセル規定に基づく(返金%)



4日以上前→100%返金 3日前→50% 前々日以降→返金なし  
※コロナ事情により開催されない場合は全額返金いたします。



### 感染症予防対策

- ・スタッフ及び参加者の検温実施
- ・スタッフのマスク着用
- ・手指のアルコール消毒
- ・器具のアルコール消毒
- ・十分な換気の徹底
- ・定員数を少なく班分けを行っての練習(密をさける為)

コース	対象	定員	授業内容
リズム体操+アインス広場	満2歳～年少児	12名	リズム体操や、跳んだり、回ったりと楽しい内容でしっかりと基本を身に付けよう！サーキットで身体をいっぱい動かそう！！
トランポリンパーク	満2歳～年長児	15名	トランポリン・ミニトランポリンで跳んだり、回ったりと楽しい内容で身体をいっぱい動かそう！！
キンダー	年中児～年長児	10名	マット・跳び箱・鉄棒・ボール・なわとび等の様々な練習で運動能力UP！！幼児期は感覚を鍛えるゴールデンタイム♪
ジュニア	小学1年生以上	10名	スポーツの基本は「体操！」スポーツを始めるには、まず体操で柔軟性・俊敏性・体のコントロールを身に付けよう！
鉄棒・とび箱特訓	年中・年長児クラス 小学生以上クラス	10名	とにかくマスターしたい技の集中特訓型コースです！ 苦手克服、得意種目の更なる成長を目指そう！！
逆上がり特訓	年中児以上	8名	逆上がり集中特訓コースです！逆上がり成功を目指そう！！
アクロバットチャレンジ	壁倒立のできる 年長児以上	10名	初めてでも楽しく・安全に、アクロバットにチャレンジしてみよう！！
プライベートレッスン	年中児以上	2名	個人の目標達成に向けて、マンツーマンで取り組みます！！
アクロバット	壁倒立のできる 年長児以上	10名	憧れの「転回」・「バク転」・「バク宙」にチャレンジできるコースです！目指せ！スーパースター！！
バク転チャレンジ	小学1年生以上	10名	憧れの「バク転」にチャレンジ！バク転ができればクラスのヒーローだあ！！
Gymnastics レベルUP	Jr2以上・体操経験者	10名	マット・跳び箱・鉄棒・トランポリン等の様々な練習でレベルアップ！！
大人フィットネス	大人の方	5名	トランポリンや器具を使って、ストレッチや体幹トレーニングをしませんか！？楽しく身体を動かしてリフレッシュ！！

時間割						
	月	火	水	木	金	土
10:00	キンダー (縄とび上達) マット トランポリン	リズム体操 + アインス広場	トランポリン パーク	リズム体操 + アインス広場	トランポリン パーク	キンダー (ボール上達) とび箱 トランポリン
11:00	鉄棒・跳び箱 特訓 (年中・年長児)	キンダー (ボール上達) 鉄棒 マット	逆上がり特訓	鉄棒・跳び箱 特訓 (年中・年長児)	キンダー (縄とび上達) 鉄棒 トランポリン	プライベート レッスン
12:10	ジュニア マット・鉄棒	アクロバット チャレンジ	プライベート レッスン	バク転 チャレンジ	ジュニア とび箱・鉄棒	ジュニア マット・とび箱
14:00	Gymnastics レベルUP	鉄棒・跳び箱 特訓 (小学生以上)	アクロバット	Gymnastics レベルUP	アクロバット	鉄棒・跳び箱 特訓 (小学生以上)
15:10		バク転 チャレンジ				大人フィットネス
16:10						

### ■一般参加者限定特典

無料体験チケットプレゼント  
チケットの有効期限は8月31日迄！  
兄弟・友人のチケット使用も可能！

指定ユニフォームプレゼント  
チケットご使用の上、8月31日迄に  
ご入会された方に限りです。

## セレクトGYM 申込用紙 八尾校

切り取り線

申込日 2021年 月 日

ふりがな \_\_\_\_\_  
氏名 \_\_\_\_\_ (会員・兄弟・一般)  
生年月日 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 ( \_\_\_\_\_ 歳)  
住所 \_\_\_\_\_  
電話番号 \_\_\_\_\_

※参加コースに✓をご記入ください。複数受講可能です。

7月26日(月)	7月27日(火)	7月28日(水)	7月29日(木)	7月30日(金)	7月31日(土)
<input type="checkbox"/> キンダー	<input type="checkbox"/> アインス広場	<input type="checkbox"/> トランポリンパーク	<input type="checkbox"/> アインス広場	<input type="checkbox"/> トランポリンパーク	<input type="checkbox"/> キンダー
<input type="checkbox"/> 鉄・とび箱特訓	<input type="checkbox"/> キンダー	<input type="checkbox"/> 逆上がり特訓	<input type="checkbox"/> 鉄・とび箱特訓	<input type="checkbox"/> キンダー	<input type="checkbox"/> プライベートレッスン
<input type="checkbox"/> ジュニア	<input type="checkbox"/> アクロバットチャレンジ	<input type="checkbox"/> プライベートレッスン	<input type="checkbox"/> バク転チャレンジ	<input type="checkbox"/> ジュニア	<input type="checkbox"/> ジュニア
<input type="checkbox"/> GymレベルUP	<input type="checkbox"/> 鉄・とび箱特訓	<input type="checkbox"/> アクロバット	<input type="checkbox"/> GymレベルUP	<input type="checkbox"/> アクロバット	<input type="checkbox"/> 鉄・とび箱特訓
	<input type="checkbox"/> バク転チャレンジ				<input type="checkbox"/> 大人フィットネス

1時間コース \_\_\_\_\_ 回 × ￥1,650- ￥ \_\_\_\_\_  
2時間コース \_\_\_\_\_ 回 × ￥2,200- ￥ \_\_\_\_\_  
プライベートレッスン \_\_\_\_\_ 回 × ￥5,500- ￥ \_\_\_\_\_

※プライベートレッスンのスタッフ指名は出来ません。

合計 ￥ \_\_\_\_\_ を添えて申し込みます。