

# セレクトGYM 生野校

期間：3月28日(火)～3月31日(金)

昨年大好評だったセレクトGYMを今年も開催します！1コマからの受講も可能♪定番レッスンから復活した大人気レッスンが勢ぞろい！この春、「できた！」をたくさん増やそう！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☆

	28日(火)		29日(水)		30日(木)		31日(金)	
10:00	カブス【マット】【とび箱】 2才～新年少 定員10名	TP 新年少以上 定員10名	体操ゲーム 新年中以上 定員10名	TP 新年少以上 定員10名	カブス【とび箱】【鉄棒】 2才～新年少 定員10名	TP 新年少以上 定員10名	カブス【鉄棒】【マット】 2才～新年少 定員10名	忍者体操 新年長以上 定員10名
10:50								
11:00	キンダー【とび箱】【鉄棒】 新年中・新年長 定員10名	なわとびパーク 新年中以上 定員10名	バク転特訓 壁倒立が出来る 新年長以上 定員10名	TP 新年少以上 定員10名	キンダー【鉄棒】【マット】 新年中・新年長 定員10名	リズムジャンプ&バランスマスター 新年少以上 定員10名	キンダー【マット】【とび箱】 新年中・新年長 定員10名	逆上がり特訓 新年中以上 定員10名
11:50								
13:00	アクロバット 壁倒立が出来る 新年長以上 定員15名	跳び箱特訓 新年中以上 定員10名	ジュニア【とび箱】【マット】 新小学生以上 定員10名		アクロバット 壁倒立が出来る 新年長以上 定員15名	ジュニア【鉄棒】【とび箱】 新小学生以上 定員10名	アクロバット 壁倒立が出来る 新年長以上 定員15名	ジュニア【マット】【鉄棒】 新小学生以上 定員10名
13:50								
14:00			エリートチャレンジ					
14:50			ジュニア2以上 体操経験者 定員15名					
15:00	プライベートレッスン 対象制限なし 定員2名	プライベートレッスン 対象制限なし 定員2名	プライベートレッスン 対象制限なし 定員2名		プライベートレッスン 対象制限なし 定員2名		エリートチャレンジ ジュニア2以上 体操経験者 定員15名	
15:50								

## ☆コース内容☆

<p><b>カブス</b> 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！</p>	<p><b>キンダー・ジュニア</b> 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！</p>	<p><b>トランポリン(TP)</b> 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！</p>
<p><b>エリートチャレンジ</b> 普段触る事のない種目に挑戦だ これで君もエリートだ！ 男子：あん馬・つり輪・平行棒 女子：平均台・段違い平行棒に チャレンジします。</p>	<p><b>忍者体操</b> 壁のほ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ござる</p>	<p><b>アクロバット</b> バク転や宙返りに挑戦！ 50分トレーニング+柔軟 1時間タントラ+床でのアクロ練習</p>
<p><b>リズムジャンプ&amp;バランスマスター</b> リズムに合わせて体を動かし、 バランスボールなどを使って バランス感覚を養います。</p>	<p><b>逆上がり特訓</b> 逆上がり集中コース。 逆上がり習得に向けて トレーニングを行ったり練習方法 もお伝えします</p>	<p><b>バク転特訓</b> 憧れのバク転にチャレンジ！ これで皆もクラスのヒーローだ！</p>
<p><b>体操ゲーム</b> 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！！</p>	<p><b>なわとびパーク</b> 目標技を練習したり、大縄をみんなで跳んだいしてなわとびが大好きになるコース</p>	<p><b>跳び箱特訓</b> 跳び箱に特化した特別集中レッスン</p>
<p><b>プライベートレッスン</b> 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</p>		

受付開始：2023年2月20日(月)12:00～ ご予約は専用フォーム(QRコード又はHPのリンク)より  
 ※フォーム予約から1週間以内に窓口でご入金下さい。ご入金がない場合には、次の方に権利が移りますのでご了承下さい。  
 ※各クラス定員になり次第、締め切らせて頂きます。人気コースのご予約はお早めに！！  
 キャンセル規定：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。



料金：1時間コース¥1,650- アクロバット¥2,200- フライベートレッスン¥5,500-

今回より申込方法が変わりました。  
お電話・窓口での受付はできませんので、ご了承ください。