

6月17日(水) 18:30~

WEB予約開始!!



夏休み短期 体育教室

子ども達がとても楽しみにしている夏休みがもうすぐ!!
おでかけしたり、お友達と遊んだり、楽しみがいっぱいの夏♪
そんな夏休みをいつもよりもっと楽しく、もっとたくましく過ごせるように、
今年も、短期体育教室を行います。

今年の夏は、「楽しく運動」「チャレンジ」「苦手を克服」を目標に、
私たちと楽しく!やる気を高めながら運動にチャレンジしませんか??
楽しいことが大~好きのコーチと一緒に、
いろいろなことにチャレンジしましょう!(^^)!

☆日程☆

コース	日程	時間	対象	定員	参加費	申込み	申込み締切
【A】 縄跳び教室	7/23(木)~ 7/24(金)	8:00~ 9:30	小1~	12名	会員 4,000円 一般 4,500円	6/17(水) 18:30~	7/20 (月)
【B】 走り方教室	8/17(月)~ 8/21(金)	8:00~ 8:50	小1~ 小2	14名	会員 6,800円 一般 7,300円		8/5 (水)
【C】 走り方教室		9:00~ 9:50	小3~ 小6	14名	会員 6,800円 一般 7,300円		

☆申込み詳細☆

・こちらのQRコードからご予約できます。

●申込み方法は、WEB予約での先着順となります。
WEB予約後、3日以内に参加費を添えて、受付にお申込みください。



- 今回電話での予約は行っておりませんのでご了承ください。
- 各クラス定員になり次第締め切らせていただきます。
- その他、ご不明な点が御座いましたら、スクールまでお問い合わせ下さい。

【お問い合わせ】

A-1キッズスクール 富士

電話番号: 0545-63-9110
営業時間: 平日 10:00~18:00
土曜日 9:00~17:00
休館日: 日曜日

【A】縄跳び教室

☆小学生クラス

~コツをつかもう!!~



* 目標 * 縄跳びのポイントやコツをつかみ、技の習得を目指し、
何度も挑戦しましょう!

* 内容 * 縄跳びの動作やコツを身につけ、さらに、一人一人に合った上達ポイントを
教えます。縄跳びは失敗しても諦めずに飛ぶことで上達していくので、
子ども自身の心も強くなっていきます。



【B】走り方教室

☆小1~小2クラス

~より速く走るためのコツを覚えよう!!~

* 目標 * 正しいフォームやより速く走るためのコツを覚えましょう!
全身の筋力を養うトレーニングのやり方を覚えましょう!

* 内容 * 正しい走り方の姿勢・フォームから、細かいポイントを覚えていきます。
その中で体の使い方を知る動作や筋力トレーニングを入れることで
筋力やスタミナをつけ、より上手な走り方を目指していきます!



【C】走り方教室

☆小3~小6クラス

~楽しく、たくさん身体を動かして
運動を好きになろう!~

* 目標 * 走り方のフォームや速く走るコツの習得!
走る時の体の使い方を覚えよう!

* 内容 * 子供の走る能力に合わせて個々にアドバイスをしていきます。
走るフォーム、姿勢、体の使い方を覚えて、より効率的に
速く走れるやり方を伝授していきます。