

冬休み 短期スクール

日程 12月22日(日)23日(月)24日(火)

場所 牧の里第2体育館 名古屋市名東区牧の里2-109

料金 5,500円(税込) 1クラス3日間の料金です。
今年度初参加者は別途保険料 800円

2クラス以上申込で
割引あり!!

電話予約受付 TEL 052(709)4704

11月27日(水)9:00~12:00 14:30~21:00



※1回のお電話で、1家族分のみ予約可能です。

※予約の際、お一人につき3分ほどお時間をいただきます。つながらない場合は時間を置いてからお掛け直してください。

3日間とも午後の開催となります。

| 時間 | クラス | コース | 級(スクール) | 級(一般) | 対象(一般) | 種目 | 主な練習内容 |
|-------------------------------|-----|----------------------|----------------|----------------|---------------------|------------------|---|
| 1時間目 PM2:00 S PM3:00 | A | 3種目 総合 | 3級 4級 5級 | 中級 初級 幼児 | 年少~小学生 | | 下記参照 |
| 2時間目 PM3:30 S PM4:30 | B | バク転 集中 | | | 小・中学生 ※倒立が1人でできる | トランポリン | 宙返り・バク転 |
| | C | 3種目 総合 | 1, 2級 | 上級 | 小・中学生 ※経験者 | マット 跳び箱 鉄棒 | ロンダード~バク転・転回連続・転回~側転・転回 転回跳び け上がり・ともえ |
| 3時間目 PM5:00 S PM6:00 | D | バク転 集中 | | | 小・中学生 ※倒立が1人でできる | トランポリン | 宙返り・バク転 |
| | E | 2種目 集中 + 基本 | 1級 | 専門 | 小・中学生 ※バク転ができる | マット 鉄棒 | 前方宙返り・ロンダード~宙返り・ロンダード~バク転 車輪・け上がり(高鉄棒) |
| | | | 2級 | 上級 | 小・中学生 ※転回ができる | マット 鉄棒 | とびこみ前転・転回連続・転回~側転 スイング・スイング逆上がり・懸垂 |
| | F | 3種目 総合 | 2級 | 上級 | 小・中学生 ※経験者 | マット 跳び箱 鉄棒 | 転回連続・転回~側転・転回 転回跳び ともえ |
| | | | 3級 4級 | 中級 初級 | 年中~小学生 | | 下記参照 |

3種目総合
練習内容



| 級(スクール) | 級(一般) | 対象(一般) | 種目 | 主な練習内容 |
|---------|-------|--------|------------------|---|
| 3級 | 中級 | 年長~小学生 | マット 跳び箱 鉄棒 | 転回・倒立ブリッジ・倒立前転・1/2倒立 抱え込み転回跳び・閉脚跳び フット・前回り・後ろ回り |
| 4級 | 初級 | 年中~小学生 | マット 跳び箱 鉄棒 | 助走~側転・側転・後転 台上前転・開脚跳び 逆上がり・坂道逆上がり・踏み越し下り・支持ふり |
| 5級 | 幼児 | 年少~年長 | マット 跳び箱 鉄棒 | 壁倒立・前転・坂道後転 開脚跳び・飛び乗りジャンプ 前回り下り・足抜き回り |

短期スクールで出来た技は、ステップノートのテスト項目が◎になります!!

牧の里第2体育館12周年特別キャンペーン

11月特別入会 各体育館にて受け付け中!!お早めにお申し込みください!!

☆入会金 7,000円 ⇒ 0円 ☆スクールTシャツ 1,350円 ⇒ 0円

※各クラス定員ございます。空きのあるクラスにご入会される場合に限らせていただきます。



1ヶ月体験スクール 期間中4回選択

11月 1ヶ月体験

11月1日(金)~30日(土)
受付 受け付け中

入会特典

☆入会金 0円
☆スクールTシャツプレゼント

12月 1ヶ月体験

12月1日(日)~22日(日)
17日~22日はテスト期間の為、
通常のスクールとは内容が異なります。
受付 11月12日(火)~

入会特典

☆入会金 2,000円割引
☆スクールTシャツプレゼント

1月 1ヶ月体験

1月7日(火)~31日(金)
受付 12月12日(木)~

入会特典

☆入会金 2,000円割引
☆スクールTシャツプレゼント

※各クラス定員が決まっております。定員に達しているクラスもございますので、早めの申し込みをお勧めします。

※チケット制のクラスは、体験を行っておりません。

※電話予約は行っておりません。クラブにて直接手続きをお願い致します。

※現在空きのあるクラスのみご入会いただけます。

※入会待ちをされる場合は、本特典の対象外となります。



短期スクール及び1ヶ月体験の参加には、当クラブ公式アプリの掲示が必要です!

アプリは、App Store、Google play
またはQRコードから入手できます。



☆登録の際、ホーム画面の『設定』より進み、お子様の名前を入力し、クラスは『一般』を選択してください。

☆必ず通知設定をONにしてください。※新着ニュースが届いた事がわかります。

☆携帯電話の設定にて通知を許可にしてください。

iPhoneの通知設定方法

①『設定』を押す ③『中京ジム』を押す



②『通知』を押す ④『通知を許可』する



お知らせが届いたら表示されます。

配信された内容は、ここから見られます。

名前、クラス、曜日
が入力できます。
※お子様の名前
でお願いします。

