

# 秋季体操教室

生徒募集



募集締切日 10月1日(金)～8日(金) 消印有効

コース名	対象者	日程	時間	受講料(税込)	定員
「運動」が好きになる! コーディネーション教室	① 年中～年長	11/30 12/7 12/14	15:30～16:30	2,940円	10
	② 小学1年生～3年生		16:40～17:40	2,940円	10
キンダー ①	年少～年中	10/19 10/26 11/2 11/9 11/16	15:30～16:30	4,900円	10
キンダー ②	年長～小学2年生		16:40～17:40	4,900円	10
NEW KID'S HIP HOP	3歳～年長	11/21 11/28 12/5 12/12	11:00～11:45	3,920円	10
	小学1年生～3年生		12:30～13:30	3,920円	10
	小学4年生～6年生		14:15～15:15	3,920円	10

「運動」が好きになる! コーディネーション教室

コーディネーショントレーニング7つの能力とは

- ① リズム…動くタイミングを上手につかむ
- ② バランス…バランスを正しく保つ
- ③ 識別…手や足、道具を上手に扱う
- ④ 連結…関節や筋肉をスムーズに動かす
- ⑤ 変換…状況に合わせて瞬時に動作を切り替える
- ⑥ 定位…距離や時間を把握する
- ⑦ 反応…合図に合わせてすばやく行動する

運動神経は「遺伝」ではなく「身につけるもの」です!

コース紹介

「運動」が好きになる!  
コーディネーション教室

遊びの中で運動能力を高めていく教室です。ボール・フープ・ミニハードル・鉄棒・なわとびを使い、様々な身体の使い方を覚えていきます。

キンダー

マット運動、鉄棒、跳び箱を中心に楽しく体を動かし運動基礎を身に付けるコースです。

KID'S HIP HOP

簡単なステップからダンスの技術を楽しく学ぶコースです。最終日には、ダンスの発表会を行います。



申込方法

●郵便はがきに

- ① 秋季体操教室 ○○コース
  - ② 受講者名(ふりがな)
  - ③ 生年月日
  - ④ 学年
  - ⑤ 住所
  - ⑥ 電話番号
  - ⑦ 保護者名(18歳未満の方のみ)を明記して、投函してください。
- ☆ご家族(兄弟、姉妹)が受講される場合は、1枚のはがきに連記してお申込みください。

●当スポーツセンター事務所でもお申込みいただけます。

☆申込者多数の場合、抽選になることがありますのでご了承ください。  
☆申込者が少数の場合、開催を見合わせる場合があります。

※お送り頂いた個人情報には教室の申込みに関する業務以外には使用致しません。

●ご来館の際はマスク着用をお願いします。

〒650-0046

神戸市中央区港島中町6丁目12-1 ポートアイランドスポーツセンター 秋季体操教室 係

TEL.078-302-1031 【毎週水曜日休館】

※当センターには駐車場がございません。周辺の駐車場をご利用ください。



〈表〉

63

郵便はがき  
6500046

神戸市中央区  
港島中町6丁目12-1  
ポートアイランドスポーツセンター  
秋季体操教室 係

〈裏〉

- ① 秋季体操教室
- コース
- ② 受講者名(ふりがな)
- ③ 生年月日
- ④ 学年(学生の方のみ)
- ⑤ 住所
- ⑥ 電話番号
- ⑦ 保護者名  
(18歳未満の方のみ)

送り先

お問合せ