



日曜体操

2021年11月28日(日)



★各種特訓・チャレンジコース

※会員限定のイベントとなります。

■側転(片手側転)特訓コース

【対象】 幼児体育コース・初級コースの生徒
【定員】 8名
【時間】 9:15~10:15 (60分)
【参加費】 3,300円(税込)
【持ち物】 水筒・タオル・やる気
【内容】 側転(片手)を集中特訓!



■鉄棒特訓コース

【対象】 幼児体育コース・初級コースの生徒
【定員】 8名
【時間】 9:15~10:15 (60分)
【参加費】 3,300円(税込)
【持ち物】 水筒・タオル・やる気
【内容】 鉄棒の技を集中特訓!



■鉄棒車輪チャレンジコース

【対象】 中級A班の生徒 (パイプ使用)
【定員】 5名
【時間】 10:30~11:30 (60分)
【参加費】 3,300円(税込)
【持ち物】 水筒・タオル・やる気
【内容】 鉄棒の車輪にチャレンジ!!

挑
戦

■ヘッドスプリング・転回特訓コース

【対象】 幼児(A班)・初級コースの生徒
【定員】 12名
【時間】 10:30~11:30 (60分)
【参加費】 3,300円(税込)
【持ち物】 水筒・タオル・やる気
【内容】 ヘッド・転回を集中特訓!



★中級コース

【対象】 中級コースの生徒
【定員】 20名
【時間】 14:00~17:00 (180分)
【参加費】 5,500円(税込)

【持ち物】 水筒・タオル・情熱

【内容】 ホッピングマットやトランポリンなどを使ってやりたい技に挑戦!体操をじっくり楽しむ1日です。体操好きあつまれえ~!



申込日
11月13日(土)
PM12:30より
WEB予約受付のみ
となります。

こちら
→

★大人コース (フリー練習)

【対象】 緑橋会員の保護者もしくは
中学生以上のきょうだい
【時間】 11:45~13:00 (75分)

【定員】 10名 【参加費】 4,400円(税込)

【持ち物】 水筒・タオル

【内容】 体育館を自由に使って身体を動かしましょう!運動不足解消に◎!

減多にない機会です。
ご参加お待ちしております!

11/13(土)PM12:30より
WEB予約受付開始!

※定員になった場合はキャンセル待ちとなります。
※参加費は当日にお支払いをお願いします。

マック体操クラブ 緑橋教室
お問い合わせ先
06-6969-0731