

日曜体操 part 2

日時…令和4年2月6日(日)



令和4年1月20日(木)午後12:30より申込み受付 Web予約はこちらから↓

Web、TEL又はスタッフに直接お申込み下さい!

お問い合わせ 06-6621-0801



テスト対策といえば日曜体操!



既に終わったテスト種目は…

コース	時間	対象者	料金(税込)	内容	定員
幼児マットコース	10:00 ~ 11:00	幼児体育コースの会員	3,300円	後転、側転、ヘッドスプリングなど。その他にやりたい技があれば相談に乗ります。	8
幼児跳び箱コース	10:00 ~ 11:00	幼児体育コースの会員	3,300円	開脚跳び、台上前転など。その他にやりたい技があれば相談に乗ります。	8
幼児鉄棒コース	10:00 ~ 11:00	幼児体育コースの会員	3,300円	逆上がり、後回り、足かけ上がりなど。その他にやりたい技があれば相談に乗ります。	8
ジュニア幼児体育コース	11:10 ~ 12:10	ジュニア幼児体育・にこにこの国コースの会員	3,300円	マット・跳び箱を中心に練習します。種目練習前のトレーニングでは、基礎項目も一緒に確認できます。	20
初級マットコース	13:20 ~ 14:20	器械体操初級コースの会員	3,300円	側転・片手側転・ヘッドスプリングなど。その他にやりたい技があれば相談に乗ります。	8
初級跳び箱コース	13:20 ~ 14:20	器械体操初級コースの会員	3,300円	開脚跳び・ヘッドスプリング・転回跳びなど。その他にやりたい技があれば相談に乗ります。	8
初級鉄棒コース	13:20 ~ 14:20	器械体操初級コースの会員	3,300円	個人技別練習。逆上がりからけ上がりまでテスト項目の技なら何でもOK。	8
初級チャレンジコース	14:30 ~ 16:00	器械体操初級コース A、B 班の会員	4,400円	転回や転回連続、ロンダードやバク転、前宙など。中級を目指していたり、難しい技にチャレンジしたい人におススメ!	15
中級特訓コース	16:10 ~ 18:10	器械体操中級コースの会員	5,500円	個人の目標技や新テストの対策にどうぞ! 少人数で回数多く練習できるので、最終追い込みをしたい人は是非!	15

いつもマック体操クラブをご利用頂きありがとうございます。1月に続き、日曜体操を行います。テストの対策はもちろん、日曜もマックで練習したい方は是非申し込み下さい! また、テスト2週目の途中で行いますので、既に終わったテスト種目の技は、日曜体操で出来るようになると合格にしますので、諦めずにがんばって下さい!

