



Let's
Challenge!!

夏の短期体操教室

7/30(日) 31(月)

8/1(火) 2(水)

ご要望にお応えして 今回もてんこもり開催!!

パレットたいそうきょうしつ

お申込は
WEBから

<http://www.palette-sc.com>

☎020-0816 盛岡市中野1丁目19-31 ☎ 019-681-0822

お問合せMail info@palette-sc.com

Contents & Schedule

体操競技選手を育成する パレットスポーツクラブ運営の体操教室

休日開催	7月30日 (日)	平日開催	7月31日 (月)	8月1日 (火)	8月2日 (水)
9:00 ~9:50	セレクトレッスン (選択制) 年長~小6	15:30 ~16:20	わんぱくKIDS 2歳10ヶ月~6歳	Ready Natural Pastel	わんぱくKIDS 2歳10ヶ月~6歳
10:00 ~10:50	Ready Natural Pastel	16:30 ~17:20	セレクトレッスン (選択制) 年長~小6	Pastel Vivid Fine	セレクトレッスン (選択制) 年長~小6
11:00 ~11:50	わんぱくKIDS 2歳10ヶ月~6歳	17:30 ~18:20	アクロバット (選択制) 小学生	昇級対策 レッスン	アクロバット (選択制) 小学生
12:00 ~12:50	昇級対策 レッスン				
13:00 ~13:50	アクロバット (選択制) 小学生~大人				



「SUMMER Gym School」

に参加の皆さん

チケットを利用して
短期教室への参加が
可能です!!
詳しくはスタッフへ
(回数制限あり)

Price

参加タイプ	一般 レッスン料	会員 レッスン料
1レッスン参加	2,000円	1,500円
Choiceレッスン3 <small>(3レッスン同時申込)</small>	5,000円	3,500円
アクロバット	小~高校生 2,000円 大人 2,500円	1,500円 2,000円

50分 READY

1歳10ヶ月~3歳

「一人でのレッスン参加はまだ早いかな…」そんなパパやママのご不安に対処します。お子さんの誘導と安全性を目的として、保護者と一緒の楽しいレッスン! 行動量が急激に増えるタイミングを逃さず、体を動かす楽しさを正しく体感させます。入園前の団体行動の経験にも最適! HOPクラスへのステップとしてもご利用ください。

50分 HOP Vivid

6歳~小3

学校体育で行われる器械運動のコンテンツをレッスンに網羅します。それぞれ基礎技術を学び、段階を経て各部位の身体能力を高めていきます。「できた!」の数が多くなるタイミング年齢。目標・目的をクリアしたいと思う気持ちを全面的にサポートします。

50分 HOP Natural

2歳10ヶ月~4歳

まずはジャンプやケンケン、スキップから始めましょう! 体を動かすこと(運動)が楽しいと思える土づくりのこの時期。トランポリンや豊富な器具を利用して、様々な切り口で飽きずにレッスン。保護者から離れてのレッスンの中で「お返事やご挨拶」「待つ」「お話を聞く」などの社会性も身につけていきます。

50分 HOP Fine

苦手分野の克服はもちろんのこと、得意分野を更に伸ばすクラス。「できる」のみならず「どのよう」にできたかを意識して指導します。体育でお手本になるお子さんも! 「目標を設定する力」「考える力」も伸ばします。

50分 HOP Pastel

4歳10ヶ月~6歳

学校体育につながる基礎運動の経験と強化を意識しレッスンします! 「走る」「跳ぶ」「ぶら下がる」「支持する」「回る」等々。マットや鉄棒、とび箱にもどんだんチャレンジ! ルールやマナーへの意識付けはもちろんのこと、運動に対する意欲・やる気も併せて育みます。

昇級対策レッスン

会員を対象に各クラスのチェック内容をクリアするための重点レッスンを企画しました! お子さんの課題に合わせて指導します。9月の昇級チェックに備えましょう!

わんぱく KIDS

施設内の器具をたくさん使用し、アスレチックのコースが出現します! みんなで楽しく体を動かしましょう。跳び箱や鉄棒はもちろん、トランポリンで空中感覚を養います!

セレクト レッスン

マット・とび箱・鉄棒の3種目から2種目を選択してのレッスン。夏休み中に逆上がり! 跳び箱○段跳べるようになりたい! 側転・後転ができるように! 等々選択した種目に集中した特化型コースです!

アクロバット ① バク転

ロングトランポリンやエアトランポリン、そしてDonguri(どんなものかは楽しみに!)を利用してバク転チャレンジ! 体操競技の先生が正しく指導します!

アクロバット ② 宙返り

様々な器具を利用し、順序だてて分かりやすく宙返りを指導します。後方はもちろん、前方・側方も希望があればレッスン! パトンやチアの皆さんもお見逃しなく!

特典

条件	特典内容
8月中の新規入会	入会金(2200円)免除

ACCESS

※近隣交差点を東へ/消防署中野出張所裏



パレットスポーツクラブ
PALETTE

☎020-0816 盛岡市中野1丁目19-31

☎019-681-0822