

Let's Challenge!!

春の短期体操教室

3/25 (火) 29 (土) 30 (日) 31 (月)

4/3 (木) 4 (金) 5 (土) 6 (日) 7 (月)

↓お申込はこちら↓



レッスン日2日前まで
WEBご予約受付中!

※レッスン日2日前18時までの受付。定員に達し次第受付終了となります。

パレットたいそうきょうしつ

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

お申込は
WEBから

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

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

平日開催	3月25日 (火)	3月31日 (月)	4月3日 (木)	4月4日 (金)	平日開催	4月7日 (月)
17:30 ~18:20	アクロバット (選択制) 小学生~大人	アクロバット (選択制) 小学生~大人	トランポリン サーキット 小学生	アクロバット (選択制) 小学生~大人	15:30 ~16:20	わんぱくKIDS 2歳10ヶ月~6歳
17:30 ~18:30	競技チャレンジ STEP以上の会員	競技チャレンジ STEP以上の会員		競技チャレンジ STEP以上の会員	16:30 ~17:20	セレクトレッスン (選択制) 年中~小6

特典

条件	特典内容
4月中の新規入会	入会金(2,200円) 免除

Choiceレッスンに
「競技チャレンジレッスン」を
含む場合は1回あたり500円
の追加料金をお預かりします

休日開催	3月29日 (土)	4月5日 (土)	4月6日 (日)	休日開催	3月30日 (日)
12:00 ~12:50	セレクトレッスン (選択制) 年中~小6	わんぱくKIDS 2歳10ヶ月~6歳	トランポリン サーキット 小学生	9:00 ~9:50	セレクトレッスン (選択制) 年中~小6
13:00 ~13:50	アクロバット (選択制) 小学生~大人	セレクトレッスン (選択制) 年中~小6	アクロバット (選択制) 小学生~大人	10:00 ~10:50	わんぱくKIDS 2歳10ヶ月~6歳
13:00 ~14:00	競技チャレンジ STEP以上の会員		競技チャレンジ STEP以上の会員	11:00 ~11:50	トランポリン サーキット 小学生

Price

当日、現金またはPayPayでのお支払いとなります

参加タイプ	一般 レッスン料	会員 レッスン料
1レッスン	2,000円	1,500円
Choiceレッスン3 *3レッスン同時申込	5,000円	3,500円
アクロバット	小~中学生2,000円 高校生以上2,500円	1,500円 2,000円
競技チャレンジ(60分)	-	2,000円

アクロバット コース① GYMアクロ

ロングトランポリンや
エアトランポリン、そして
Donguri(どんなものは
お楽しみに)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 コース② Otherアクロ

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!バトンやチアの
皆さんもお見逃しなく!

わんぱく KIDS

トランポリンをメインとし
たアスレチックの
コース出現!
他にも施設内のさまざま
な器具を使用して『はねる・
まわる・のぼる』をみんな
で楽しくチャレンジする
レッスンです!

トランポリン サーキット

トランポリンを中心とした
小学生向けレッスン!
『わんぱくKIDS』を
小学生のお子さん向けに
バージョンUP!
競技用の器具も沢山使用し、
脚力や瞬発力、腕力など
さまざまな力を養うレッス
ンです!

競技 チャレンジ

STEP以上の
会員限定のレッスン!
体操競技に興味があり
競技練習チャレンジして
みたいお子さんが対象!
パレットスポーツクラブの
競技練習をベースとします。
競技で使用する器具(平行棒・
つり輪・平均台等)を使用した
練習を体験してみましょう!

セレクトレッスン 選択制

マット・とび箱・鉄棒の3種目
初級・中級・上級を選択してのレッスン
逆上がり!跳び箱O段跳べるようになりたい!
側転・後転ができるように!等々特化型コースです!

※初級※
マット 前転系・後転系・側転
鉄棒 逆上がり・踏みこし下り
とび箱 4段までの開脚とび
閉脚とび・台上前転

※中級※
マット 倒立・倒立前転
ロンダート
鉄棒 後ろ回り・けんすい
とび箱 5段以上の各とび方

※上級※
マット 後転倒立・伸膝前転
鉄棒 ハンドスプリング
とび箱 懸垂逆上がり・前回り
転回とび

- レッスン内容の主な例 -



パレットKIDS SQUAREとのコラボプラン!

『パレットKIDS SQUARE』とはパレットスポーツクラブを母体とする一時的預かり施設です。
目の前に茶畑公園を構える戸建ての施設は、アットホームな雰囲気でのびのびと活動することができます!

短期教室コラボお預かりプラン

【短期教室へ行ってみたいけれど、送り迎えが...】「春休みを家でずっと過ごすには少し大変...」そんなお声にお応えし、
お預かりを行う前後で短期教室へ参加し、体育館やパレットKIDS SQUARE間の送り迎えが可能なプランが誕生です!

- 開催期間 3/25~26、3/29~31、4/3~7 ※無料体験教室も含む日程となっております。日付にご注意ください。
- 基本OPEN時間 9:00~18:00
- 対象 短期教室、無料体験教室へ申込を行った2歳10ヶ月~小学生
- 費用 30分あたり300円~その他保険料、冷暖房費等
- 申込方法 電話またはMAILにて受付
- 締切 お預かり日2日前までの受付


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