



12/23<sub>(火)</sub> 24<sub>(水)</sub> 25<sub>(木)</sub> 27<sub>(土)</sub>

体操

新たなレッスンも  
仲間入り!

1/6<sub>(火)</sub> 7<sub>(水)</sub> 8<sub>(木)</sub> 10<sub>(土)</sub> 冬の短期教室

 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](mailto: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

NEW

鉄棒/とび箱  
チャレンジ

年中～小学生

鉄棒またはとび箱の2種目から挑戦したい種目を事前に選択する短時間集中型レッスン  
鉄棒は逆上がりor後ろ回り、とび箱は開脚とびに特化したレッスンを行います。

12/23(火)	16:00～16:30 16:40～17:10
12/25(木)	16:00～16:30 16:40～17:10
12/27(土)	9:00～ 9:30 9:40～10:10
1/6(火)	16:00～16:30 16:40～17:10
1/8(木)	16:00～16:30 16:40～17:10
1/10(土)	9:00～ 9:30 9:40～10:10

NEW

リクエストレッスン

【会員限定】年中～小学生

会員限定の練習技リクエスト型のグループレッスン

事前にマット・とび箱・鉄棒の3種目の中から練習したい技を2つまでリクエストが可能  
新たに挑戦したい技や、あと少しで完成しそうな技など目的をしばってレッスンを行います。

12/23(火)	17:20～18:00
12/25(木)	17:20～18:00
12/27(土)	11:20～12:00
1/7(水)	17:00～17:40
1/10(土)	11:20～12:00

※鉄棒の逆上がり・後ろ回り、とび箱の開脚とびは対象外となります

アクロバット  
コース①  
GYMアクロ

小学生～高校生

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！

12/24(水)	17:00～17:50
12/27(土)	12:10～13:00
1/6(火)	17:20～18:10
1/8(木)	17:20～18:10
1/10(土)	12:10～13:00

わんぱく  
KIDS

2歳10か月～6歳

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のことトランポリンで空中感覚を養います！

12/24(水)	15:00～15:50
12/27(土)	10:20～11:10
1/7(水)	15:00～15:50
1/10(土)	10:20～11:10

トランポリン  
サーキット

6歳～小学生

『わんぱくKIDS』を6歳～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！

12/24(水)	16:00～16:50
1/7(水)	16:00～16:50

## CALENDAR

12  
2025

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1  
2026

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

## PRICE

税込

参加タイプ	会員 レッスン料	一般 レッスン料
鉄棒/とび箱チャレンジ	1,200円	1,500円
リクエストレッスン	1,500円	-
わんぱくKIDS	1,500円	2,000円
トランポリンサーキット	1,500円	2,000円
アクロバット	1,500円	2,000円
choice3レッスン	3,500円	5,000円

## choice3レッスン

リクエストレッスン / わんぱくKIDS / アクロバットコース / トランポリンサーキットから好みのレッスンを3つチョイス！

この冬に完成したい技がある！トランポリンが大好きだから、たくさん身体を動かしたい！など複数回のご利用を希望される方におすすめです。

## 特典

条 件	特典内容
1月中の新規入会	入会金(2,200円)免除



※鉄棒/とび箱チャレンジはchoice3レッスンの対象外となります