



# 冬休み短期教室 参加者募集中!!



毎回たくさんのご参加有難うございます!! コースを増設し、よりご参加しやすくなりました。  
少人数制にし、丁寧指導! 年末年始の特別料金です。お休みしても大丈夫! 振替が可能な特典があります。

コース	対象	日時	内容	定員
A	ちびっこ体操 (年少)	12/22(土)~23(日) 2日間 (1F アリーナ) PM2:00~3:00	リズム体操や動物等の模倣運動からはじまり、サーキットトレーニングやマット、とび箱、鉄棒の簡単な技の練習を親元から離れて練習していきます。2日間のレッスンを、少人数制で丁寧に指導します。	6名
B	体操・幼児 (年中・年長)	12/22(土)~24(月) 3日間 (1F アリーナ) AM9:00~10:00	幼児期に必要な基礎体力づくりから模倣運動と体育遊びを行います。またマット、とび箱、鉄棒の3種目を練習し、体操特有の全身運動で個々の能力を引き出し、伸ばしていきます。	14名
C	体操・児童 (小1~小6)	12/22(土)~24(月) 3日間 (1F アリーナ) AM10:15~11:15	挨拶や整列、考える力やきく姿勢も指導し、マット、とび箱、鉄棒の3種目を中心に、苦手な技の克服と子ども達の能力に合った技の修得を個々それぞれに目標を持たせ、サーキットトレーニングも含め、3日間集中して練習していきます。	18名
D	体操・幼児 (年中・年長)	12/22(土)~24(月) 3日間 (1F アリーナ) PM3:15~4:15	幼児期に必要な基礎体力づくりから模倣運動と体育遊びを行います。またマット、とび箱、鉄棒の3種目を練習し、体操特有の全身運動で個々の能力を引き出し、伸ばしていきます。	14名
E	体操・児童 (小1~小6)	12/22(土)~24(月) 3日間 (1F アリーナ) PM4:30~5:30	挨拶や整列、考える力やきく姿勢も指導し、マット、とび箱、鉄棒の3種目を中心に、苦手な技の克服と子ども達の能力に合った技の修得を個々それぞれに目標を持たせ、サーキットトレーニングも含め、3日間集中して練習していきます。	18名
F	ちびっこ体操 (年少)	1/4(金)~5(土) 2日間 (1F アリーナ) PM2:00~3:00	リズム体操や動物等の模倣運動からはじまり、サーキットトレーニングやマット、とび箱、鉄棒の簡単な技の練習を親元から離れて練習していきます。2日間のレッスンを、少人数制で丁寧に指導します。	6名
G	体操・幼児 (年中・年長)	1/3(木)~5(土) 3日間 (1F アリーナ) AM9:00~10:00	幼児期に必要な基礎体力づくりから模倣運動と体育遊びを行います。またマット、とび箱、鉄棒の3種目を練習し、体操特有の全身運動で個々の能力を引き出し、伸ばしていきます。	14名
H	体操・児童 (小1~小6)	1/3(木)~5(土) 3日間 (1F アリーナ) AM10:15~11:15	挨拶や整列、考える力やきく姿勢も指導し、マット、とび箱、鉄棒の3種目を中心に、苦手な技の克服と子ども達の能力に合った技の修得を個々それぞれに目標を持たせ、サーキットトレーニングも含め、3日間集中して練習していきます。	18名
I	体操・幼児 (年中・年長)	1/3(木)~5(土) 3日間 (1F アリーナ) PM3:15~4:15	幼児期に必要な基礎体力づくりから模倣運動と体育遊びを行います。またマット、とび箱、鉄棒の3種目を練習し、体操特有の全身運動で個々の能力を引き出し、伸ばしていきます。	14名
J	体操・児童 (小1~小6)	1/3(木)~5(土) 3日間 (1F アリーナ) PM4:30~5:30	挨拶や整列、考える力やきく姿勢も指導し、マット、とび箱、鉄棒の3種目を中心に、苦手な技の克服と子ども達の能力に合った技の修得を個々それぞれに目標を持たせ、サーキットトレーニングも含め、3日間集中して練習していきます。	18名
K	新体操・ちびっこ・幼児 (3歳~年長)	12/25(火)~27(木) 3日間 (1F アリーナ) AM9:00~10:00	ボールやリボンを使い、様々な動作を行うことで、豊かな感受性や表現力を育みます。また、情操教育(感情や、想像性)にも役立つ効果があります。競技歴、指導歴ともに実績のあるコーチが指導を行います。	6名
L	新体操・児童 (小1~小3)	12/25(火)~27(木) 3日間 (1F アリーナ) AM10:00~11:00	ボールやリボンを使い、頭の前からつま先まで、全神経を集中して練習をします。正しく美しい姿勢、バランス感覚、柔軟性、俊敏性、反射神経が養えます。	10名

M	極真空手入門・児童 (小1~小6)	12/26(水)~28(金) 3日間 (2F スタジオ) AM10:00~11:00	努力して身に付けた技を全力で相手にぶつけ、相手の技を全身で受け止める極真空手は、学校では学べない自己表現の場であり、武道の真髄である伝統、礼節、精神性を重視し、断崖をよじのぼるような精進を重ねることにより、何事にも屈しない強靱な精神力を養います。	8名
N	極真空手入門・幼児 (年中・年長)	1/4(金)~5日(土) 2日間 (2F スタジオ) AM11:15~12:15	空手の稽古では、多くの喜びとともに苦しみや痛さを体験し、自分の痛さ苦しさを知ることによって、相手の痛さ苦しさを知ることができるのです。つまり、それこそが他人への思いやりの第一歩となるのです。将来へ向けた貴重な疑似体験となるでしょう。	6名
O	極真空手入門・児童 (小1~小6)	1/4(金)~5日(土) 2日間 (2F スタジオ) AM12:30~13:30	努力して身に付けた技を全力で相手にぶつけ、相手の技を全身で受け止める極真空手は、学校では学べない自己表現の場であり、武道の真髄である伝統、礼節、精神性を重視し、断崖をよじのぼるような精進を重ねることにより、何事にも屈しない強靱な精神力を養います。	8名
P	背骨 コンディショニング体操 (18歳~)	1/5日(土) (2F スタジオ) 1. AM10:00~11:00 2. PM 3:00~4:00	腰痛・肩こり・頭痛などの症状で困っていませんか？背骨のゆがみを簡単な体操で調子の良い体づくりへと体験してみませんか？動きやすい服装でご参加ください。お子様連れも大歓迎です！	10名
Q	背骨 コンディショニング体操 (18歳~)	1/6日(日) (2F スタジオ) 1. AM10:00~11:00 2. PM 3:00~4:00	腰痛・肩こり・頭痛などの症状で困っていませんか？背骨のゆがみを簡単な体操で調子の良い体づくりへと体験してみませんか？動きやすい服装でご参加ください。お子様連れも大歓迎です！	10名

\*用事があっても、体調を崩して休んでも大丈夫！通常クラスで振替練習が行えます。 印は2F スタジオでレッスンをを行います。道路より奥側の外階段をご利用下さい。

料 金	B・C・D・E・G・H・I・Jコース	¥4,000 (税込)	会員¥3,500 (税込)
	A・F・K・L・Mコース	¥3,500 (税込)	会員¥3,000 (税込)
	N・Oコース	¥3,000 (税込)	会員¥2,500 (税込)
	P・Qコース	¥1,000 (税込)	

年末年始で  
お得な料金です☆

- 特典**
- 1.短期教室参加者は入会金¥6,480(税込)を¥3,000(税込) & 30・31年度年間費各¥5,400 免除！(1~3月入会者限定)
  - 2.参加者全員に記念品プレゼント(ほんの気持ちですが...)
  - 3.保護者の方に2F It's 整体院にて使える整体10分追加チケットプレゼント(¥1,200相当)。1月31日まで。\*要予約 It's 整体院よりお得なスペシャルコースをご用意しております。詳細は短期期間中に配布の別途チラシにてご確認ください。
  - 4.お休みしても、通常クラスで振替練習が出来ます。(1月の練習日に限ります。)

好評につき  
保護者の方にも  
うれしい特典!!

**申込方法** FAXまたはEmailにて予約を受付致します。(24時間受付)先着順で定員になり次第締め切らせて頂きます。  
FAXまたはEmail 受信後、翌営業日までに確認の御連絡を致します。 FAX 番号 045(507)4855  
Emailの方は申込書の内容を記入の上送信して下さい。 Email its1173gogo@mist.ocn.ne.jp  
御入金は当日、10分前より受付致します。

**場 所** It's スポーツクラブ 桜台 横浜市青葉区桜台 27-9

**お問い合わせ** 事務所 電話番号 & FAX 045-507-4855 (AM9:00~PM7:30 日曜日、祝日を除く) お気軽にお問い合わせ下さい。  
指導中で電話に出られない場合があります。留守番電話をご利用下さい。

**主 催** (株) It's 体操 スクール 日本体操協会、全日本ジュニア体操クラブ連盟 加盟クラブ



キルトレン 申 込 書

フリガナ 氏名	男 女	学年 / 年令 / 歳	会 員 非会員	生年月日 西曆	年	月	日
住所 〒				TEL 自宅 ( )	携帯 ( )		
保護者名		整体希望日 /	学校・幼稚園名				
希望コース A・B・C・D・E・F・G・H・I・J・K・L・M・N・O・P(1・2)・Q(1・2) コース いずれかに○をつけてください							

