

2018年春

やるぜ！体操



新規入会募集

母子家庭半額

随時体験練習を行っています。
練習日・練習時間におこし下さい。



今から26年前に体操を学びたいという子どもたちと体操を教えたいという先生が集まってできたクラブです。子どもたち102名(幼児34名・小学生64名・中学生4名)スタッフ11名で、倉庫をかりて月曜日以外は毎日練習しています。体を動かすことが好きな子どもたち、苦手な子どもたちも是非一度体験練習に来て下さい。詳しい練習の様子等はホームページ・フェイスブックに掲載しています。是非ご覧下さい。 検索「海南ジュニア体操クラブ」

幼児コース(4才～8才)

火・金 午後4時～5時 木 午後5時半～6時半
土 午後1時半～2時半 午後2時半～3時半

トランポリン・平均台・鉄棒など 器具を使って遊ぶこと
を通して平衡感覚やバランス等の幼児期に大切にしなければならぬ**運動感覚**を身につけるように指導します。

選手・育成コース(小学生・中学生)

火・水・金 午後6時～9時
土 午後4時～7時 日 午前9時～午後1時

- 技術向上を目的に、前方倒立回転・バク転・け上がりなどの習得を目標として指導します。
- また、体操競技の基本である柔軟性・筋力トレーニング・基本姿勢など、**将来選手として目指すための基礎作り**をおこないます。

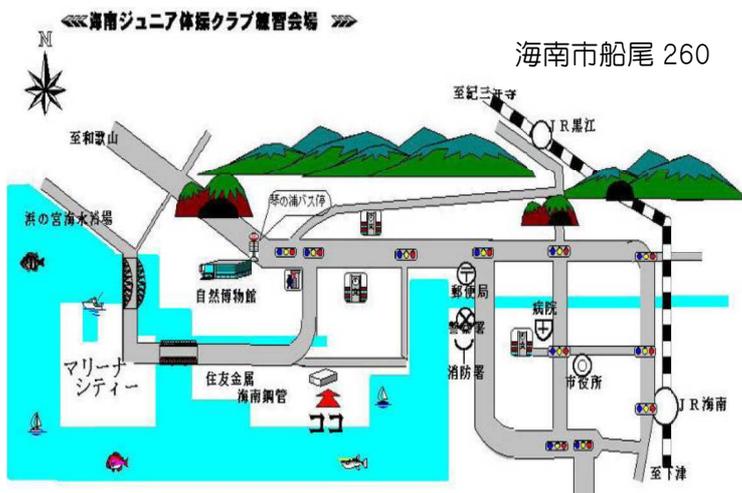
一般コース(小学生・中学生)6才～15才

火・木・金 午後6時半～8時 水 午後4時～5時半
土 午前9時～10時半 午前10時45分～12時15分

マット・鉄棒・跳び箱を中心に器械運動の基礎から基本的な技術の習得までを指導します。**学校体育で行うマット・とび箱・鉄棒などの技術取得**を初めとして、体操全般の基本技術と基礎体力の養成を能力にあわせて行います。



演技会の様子



連絡先: 海南ジュニア体操クラブ代表 澤崎

Tel.073-483-4044(携帯09014866472)

海南ジュニア体操クラブ

<http://kainan-gymnastics.com/>

✉ yasu483@yahoo.co.jp