

新学期に向けて練習開始!!

アクバススポーツクラブ鶴見

春休み短期

体操・ダンス教室

2018短期教室スケジュール

苦手な種目や得意な種目も
たくさん練習しよう!

1期 ▶ 3日間コース 3月24日(土)~26日(月)

コース	時間	対象年齢	内容	募集人数	参加費(税込)
A にこにこリトル	9:50~10:50	2歳~4歳(未就園児)	お父さん・お母さんから離れての初めての大喜劇!お友達と一緒に動物模倣や音楽に合わせてリズム体操やサーキット運動。人気のトランポリンも跳んじゃうよ!!その後は、マット、鉄棒、鉄棒の基本練習も頑張ります。	10名	¥3,240
B 希望種目練習	11:00~12:00	新年少~新6年生	マット・鉄棒・鉄棒の中から二種目のみ選んでいただき、毎日集中して練習します。苦手種目の克服やもっと練習したい種目があるお友達に最適なコースです。	30名	¥4,320

2期 ▶ 5日間コース 3月29日(木)~4月2日(月)

コース	時間	対象年齢	内容	募集人数	参加費(税込)
C なわとび&鉄棒	9:50~10:50	新年中~新6年生	なわとびと鉄棒を集中して練習するコースです。基本から応用までレベルに合わせて、たくさん練習していきます。	30名	¥5,400
D 楽しく体操	11:00~12:00	新年少~新6年生	体操ってどんなことをするのか?初めてのお友達!苦手種目のあるお友達!マット・鉄棒・鉄棒のうち二種目を毎日楽しく練習します。トランポリンも跳んじゃうよ~!	30名	¥5,400
E 三種目強化	13:30~14:30	新年中~新6年生	マット・鉄棒・鉄棒の三種目を毎日二種目ずつ練習します。できる種目やできない種目に積極的に取り組んで完成度を高めよう!!	30名	¥5,940
H HIP HOP初心者	11:00~12:00	新年中~	HIP HOPの独特なリズムによって、基本の動作をマスターしていきます。初めてのお友達や興味のあるお友達は、スタジオに集合!まってま〜す!!	15名	¥5,400

**BIGな
入会特典!**

ぜひこのチャンスに
ご入会ください!

通常入会諸費用

入会金	2,160円
年会費	3,240円
月会費	週一回 6,810円 週二回 9,180円
ユニフォーム上下	4,860円
メモリーノート	1,620円
合計	週一回の場合 18,690円 週二回の場合 21,060円

ぜ〜んぶまとめて!

週一回の場合 **10,000円**

週二回の場合 **12,000円**

で、入会OK!

※入会特典は若干異なります
詳細はすべて紙込み

アクバススポーツクラブ鶴見

tel. 06-4257-3015

〒538-0051 大阪市鶴見区諸口3-3-50
URL: <http://www.acbssc.com/>

見学いつでもOK!

受付 平日 10:00~20:00 (土曜は19:00まで)

休館 日曜日 休館 27台OK!



やってみよう!
その1

無料体験会開催

参加費無料・要予約・各定員15名

体操に興味がある方や、アクバス観てどんなとこ?と思っておられる方は是非ご参加ください。とっても楽しいですよ!

2月25日(日)

跳箱とトランポリンをたくさん体験!

- AM10:00~11:00 新年少~新年長
- AM11:10~12:10 新1年~新6年

3月11日(日)

鉄棒とトランポリンをたくさん体験!

- AM10:00~11:00 新年少~新年長
- AM11:10~12:10 新1年~新6年
- HIPHOP基礎体験!
- AM11:10~12:10 新年中~新2年



やってみよう!
その2

まぜまぜ体験!

体操やダンスを組み合わせる色々なことを体験してみてください。もちろん、体操だけ、ダンスだけの体験もOKです。



いっぱい
体験したい方に
オススメ!



すぐに入会したいけど
その前にクラスの雰囲気
を体験したい方にオススメ!



今だけ **4回**
体験コース
3,000円(税込)

今だけ **2回**
体験コース
1,500円(税込)

1回
体験コース
500円(税込)

本科コース会員募集中

お気軽に
お電話
ください!

体操コース

午部リトルコース 募集中!
毎週火曜日 10:15~11:15
※通院リトルコース(火・水・金 14:30~15:30)もあります

リトルコース

【年4回メモリーノートチェック実施】
いろいろな手具、道具を使い、遊び感覚の中で運動を行います。基礎体力も身に付けることができます。遊び心を最大限に、マットをどろどろしたり、鉄棒にぶら下がったり、体操の基礎を楽しく行います。基礎をしっかりと社会性が自然と身に付きます。

キッズ・ジュニアコース

【年4回メモリーノートチェック実施】
跳箱・マット・鉄棒の練習を中心に行います。年齢別レベル別にグループに分かれて行いますので、初めてのお子様でも安心して参加できます。また、トランポリンやなわとび、ボールなどの種目も行い身体能力の向上を促す運動も取り入れます。

チャレンジキッズコース

初級コースの入門クラスです。現在習得している技の完成度を高めていきます。また、マット運動の側立を中心に強化し、器械体操に必要な基礎体力も身に付きます。

初級①コース

器械体操の基本を勉強して行うコースです。一つ一つのポーズや姿勢、指先などの美しさを身につけます。基本となる技の習得度を高めていくと共に、それに必要な柔軟、基礎運動も行います。

初級②コース

競技体操の基本を身につけ難い種目にも取り組んでいきます。できる体技から演技の体操へチャレンジしていく器械体操の入門コースです。

曜日	月	火	水	木	金	土
10:15		リトル				キッズ
11:15		2才~4才				3才~5才
14:30		リトル	リトル			キッズ
15:30		2才~4才	2才~4才	2才~4才		初級① ジュニア①
16:30	キッズ	キッズ	キッズ	キッズ	キッズ	初級② ジュニア②
17:30	3才(15才)~ ジュニア① キッズ	3才(15才)~ ジュニア① キッズ	3才(15才)~ ジュニア① キッズ	3才(15才)~ ジュニア① キッズ	3才(15才)~ ジュニア① キッズ	3才(15才)~ ジュニア① キッズ
18:30	ジュニア② キッズ	ジュニア② キッズ	ジュニア② キッズ	ジュニア② キッズ	ジュニア② キッズ	ジュニア② キッズ
19:30	5才~12才	5才~12才	5才~12才	5才~12才	5才~12才	5才~12才
20:30	初級③	初級③	初級③	初級③	初級③	初級③
21:30	5才~18才	5才~18才	5才~18才	5才~18才	5才~18才	5才~18才

HIPHOPダンスコース

超入門 (年中~)

はじめての方で該当年齢の方はこのクラスです。ストレッチ、リズムトレーニング、振り付けの練習から始めます。ステップやリズムは、この次でまずは音楽に合わせて体験してからHIPHOPダンスのリズムに慣れさせていきます。

初級 (小学生主体)

はじめての方、超入門コースからステップアップされた方のクラスです。ストレッチ、トレーニング、リズムトレーニング、振り付けの練習から始めます。徐々にステップを覚えたりリズムの強化を体験していきます。

初中級 (小学生)

基本ステップを覚えて振り付けにつなげます。そしてカッコよく踊るために必要な、ノリ、動き出しのタイミングや得意な振り付け一人一人のスキルアップと多様なコンビネーションを学び、本番やイベントに合わせて振り付けも強化させ踊る楽しさから始める楽しさへとチャレンジしていきます。

一般 (高学年、中学生)

運動量も多く、ダンスのキレや多様なリズムの振り付け、振り付けを学びます。さらに各個人のスキルアップと多様なコンビネーションを学び、本番やイベントに合わせて振り付けも強化させ踊る楽しさから始める楽しさへとチャレンジしていきます。

曜日	月	火	水	木	金
15:45		超入門★ (HAYAKAWA)			超入門★ (HAYAKAWA)
16:45		超入門★ 途中~			超入門★ 途中~
17:00	初中級★★ (AYANO)	初中級★★ (HAYAKAWA)		初中級★★ (HAYAKAWA)	初級★ (AKI)
18:10	小学生~	小学生~		小学生~	小学生~
19:00	一般★★★ (AYANO)	一般★★★ (HAYAKAWA)		一般★★★ (HAYAKAWA)	一般★★★ (AKI)
20:10	高学年・中学生	高学年・中学生		高学年・中学生	高学年・中学生

※ 振替は各クラスでの振替となります。参加予約が必要ですが、

随時費・必要品

入会金	2,160円	指定用品	●タンクトップ 2,160円	その他必要品	●入会申込用紙
年会費	3,240円	●バックパック 1,700円	●体操シューズ	●体操服	●写真2枚
月会費	●11月 6,810円	●メモリーノート 1,620円	(スナップ① 30x2.5)		
●12月 9,180円					



本科コース
送迎バス運行中!

利用料

1,080円(税込)

本科コースでは体験予約、急用の時最大です。休日は送迎バスが運行していません。送迎バスは10:00~18:00まで運行しています。送迎バスは10:00~18:00まで運行しています。

【定期教室手続きについて】★電話予約可★申込(予約)後2週間以内に当クラブにてお手続きください。※申込用紙は当クラブにもあります★その他、不明な点はお気軽に当クラブにお問い合わせください★日曜日及び休日は受付を行っていません。★送迎バス運行の注意 ①参加費と別にバス利用料が必要となります ②Aコースのバス送迎はありません 【キャンセルについて】★1期 3/23(金)・・・全額返金 3/24(土)・・・返金なし ★2期 3/28(水)・・・全額返金 3/29(木)・・・返金なし