

# スクール生対象 運動教室

## 1月 ラインナップ

初めてが不安でも大丈夫！コーチが丁寧に指導します。気軽に参加してください。

日時	教室	定員	対象	担当	内容
8日(土) 10:00~10:30	ランニング 教室	3	全学年	小林	楽しく走る教室です。 長距離が苦手な方でも大丈夫です。体力づくりには是非参加してください。
15日(土) 10:00~10:40	ジュニア マスターズ	5	特級以上	小林	体力づくりを目的に、泳ぎ込む教室です。 <b>テストも行います。合格目的に参加してください。</b>
15日(土) 10:00~10:40	なわとび 教室	5	小学1年~3年	神原	なわとびが苦手なお子様を対象にした教室です。伸び悩んでいるお子様、是非参加してください。
16日(日) 10:10~10:50	クロール 特訓教室	5	12級以上	匠	クロールが苦手な子を対象に練習していきます。 <b>12級のお子様はテストも行います。合格目的に参加してください。</b>
22日(土) 10:00~10:40	体幹トレーニング 教室	5	小学4年~	福田	基礎体力向上を目的に運動します。成長期のお子様に必要な身体の使い方を習得していきます
23日(日) 10:10~10:50	バタ足 特訓教室	5	14級以上	園山	バタ足が苦手な子を対象に練習していきます。 <b>14級のお子様はテストも行います。合格目的に参加してください。</b>
29日(土) 10:00~10:40	50m走 特訓教室	5	年長~小学3年	匠	速く走る為に必要な体の使い方を習得していきます。短距離が苦手なお子様是非参加してください

ウェルネスでは毎月スクール生を対象とした運動教室を開催しています。

幼児・低学年のお子様を対象とした教室や、高学年を対象とした体力向上目的の教室などをご用意しています。

少しでも運動に興味を持ってもらい身体づくりに役立て頂ければと思います。

少人数の教室なので初めてで不安なお子様も安心して参加できます。

## 料金

※料金は全て当日払いとなります。

① 「ランニング教室」「ジュニアマスターズ」「なわとび教室」「体幹トレーニング教室」「50m走特訓教室」

2000円（税込）

② 「バタ足特訓教室」「クロール特訓教室」

1500円（税込）

## 受付期間

12月22日（水）～希望教室の前日まで受付致します。お電話での受付が可能です。

（定員になり次第受付を終了させていただきます。）