



# 2022年 夏休み

# 短期教室



コープの夏は熱い!

コロナウイルス感染拡大防止のため、レッスンはマスク着用で行います。マスクを着用してご来館ください。

教室名	番号	日程	時間	定員	期間	対象	内容	料金(税込)
体操教室	1	7/22(金)	13:30~14:30	20名	1日間	幼児~小学生	学校体育の基本である「マット」「跳び箱」「鉄棒」を中心に、「柔軟性」や「巧緻性」を養い、しなやかな身体をつくります。「身体を支える」「自由に動かす」。簡単なようで、トレーニングをしないとできません。やるなら今!幼少期から始めましょう。	¥2,200
	2	7/26(火)▶27(水)	8:30~9:30	15名	2日間			¥3,960
	3	8/2(火)▶3(水)	13:45~14:45	各20名	1日間			¥2,200
	4	8/5(金)	13:30~14:30					¥2,200
	5	8/19(金)	13:30~14:30					¥3,960
	6	8/23(火)▶24(水)	13:45~14:45					¥2,200
	7	8/25(木)▶26(金)	11:15~12:15					¥2,200
	8	8/26(金)	13:30~14:30					¥2,200
トランポリン教室	1	7/22(金)	10:15~11:00	各12名	1日間	幼児	あらゆるスポーツの基礎となる、身体をコントロールする能力・姿勢・バランス感覚を養います。	¥2,200
	2	7/26(火)	14:00~14:45					
	3	7/29(金)	13:45~14:30					
	4	8/5(金)	10:15~11:00					
	5	8/19(金)	10:15~11:00	各20名	1日間	小学生		
	6	8/25(木)	10:15~11:00					
	7	7/22(金)	11:15~12:15					
	8	7/27(水)	13:45~14:45					
	9	7/29(金)	11:15~12:15					
	10	8/5(金)	11:15~12:15					
	11	8/19(金)	11:15~12:15					
	12	8/26(金)	10:00~11:00					
親子体操教室	1	7/5▶12▶19▶26(火)	10:15~11:15	各3名	4日間	1歳~3歳未満	親子2人でリズム体操やかけっこなどをしたり、手遊びや歌で楽しみながらお子様の運動能力を高めます。	¥5,500
	2	7/6▶13▶20▶27(水)						
	3	8/2▶9▶23▶31(火)						
	4	8/3▶17▶24▶30(火)						
キッズ体操教室	1	7/5▶12▶19▶26(火)	11:30~12:30	各3名	4日間	2歳半~5歳未満	お母さんから離れ、コーチと一緒に体操やダンスなど様々な種目にチャレンジし、運動能力の向上と自立を促します。	¥6,600
	2	7/6▶13▶20▶27(水)						
	3	8/2▶9▶23▶31(火)						
	4	8/3▶17▶24▶30(火)						

ご予約の際は「〇〇(教室名)の〇番を予約したい」とお伝えいただくとスムーズです!

## 6月24日(金)

12:00~フロント受付開始  
12:30~電話受付開始

予約後、10日以内に正式なお申し込み手続きのない場合は自動的にキャンセルとなります。ご了承ください。



2022年 夏休み

# 個人指導

1人1人にあった指導で

体力アップ!



ご希望(さかあがりができるようになりたい、跳び箱8段が跳べるようになりたい、など)に合わせたレッスンをを行います

**[担当コーチ]**  
指導暦16年  
**岡田 惇史**コーチ

生活文化センター西館1階  
**こーぷ健康スポーツクラブ**  
〒658-0081  
神戸市東灘区田中町5丁目3-20  
TEL 078-441-2280

**料金: ¥3,300(税込)**  
**対象: 年長~中学生**  
**種目: マット、鉄棒、跳び箱、トランポリン**  
のいずれか  
**1人(個人) または 3人以下のグループ**  
**でお申し込みください**  
(マンツーマンレッスンorグループレッスン)

1		10:15~10:45
2	7/24(日)	11:00~11:30
3		12:45~13:15
4		13:30~14:30
5	7/28(木)	11:15~11:45
6	8/17(水)	14:00~14:30
7	8/18(木)	11:15~11:45
8	8/28(日)	10:15~10:45
9		11:00~11:30
10		12:45~13:15
11		13:30~14:30

※1人1レッスンのみ受講可

**6月30日(木)** 12:00~フロント受付開始  
12:30~電話受付開始

予約後、10日以内に正式なお申し込み手続きのない場合は自動的にキャンセルとなります。ご了承ください。