

# 2023年 冬休み



# 短期教室

コープで  
寒さを  
吹き飛ばせ!

生活文化センター西館1階  
コープ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

※体操教室、トランポリン教室各3名以上で開講となりますのでご了承ください。



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	12 / 27 (水)	10:00~11:00	16名	1日間	幼児~小学生	学校体育授業の基本である「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	12 / 28 (木)						
	3	12/27(水)▶28(木)	13:00~14:00		2日間			¥3,960
	4	1 / 5 (金)	13:45~14:45		1日間			
トランポリン教室	1	12 / 27 (水)	11:15~12:00	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		14:15~15:15	16名		小学生		
	3	12 / 28 (木)	11:15~12:15	16名		小学生		
	4		14:15~15:00	16名		幼児		
	6		1 / 5 (金)	12:30~13:15		12名		

**11月30日(木)** 13:00~フロント受付開始  
13:30~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。



2023年 冬休み

# 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18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		12:15~12:45
2	12 / 27 (水)	15:40~16:10
3		16:20~16:50
4		9:50~10:20
5	1 / 7 (日)	10:30~11:00
6		11:10~11:40
7		11:50~12:20

※1人1レッスンのみ受講可

12月6日(水)

13:30~フロント受付開始

14:00~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。