

この春、  
コープで  
才能開花!

# 体操 教室

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。

| 番号 | 日程            | 時間          | 定員  | 期間  | 対象         | 料金(税込) |
|----|---------------|-------------|-----|-----|------------|--------|
| 1  | 3/29(水)▶30(木) | 10:00~11:00 | 18名 | 2日間 | 幼児~<br>小学生 | ¥3,960 |
| 2  | 3/29(水)       | 13:45~14:45 |     | 1日間 |            | ¥2,200 |
| 3  | 3/30(木)▶31(金) | 13:00~14:00 |     | 2日間 |            | ¥3,960 |
| 4  | 3/31(金)       | 10:00~11:00 |     | 1日間 |            | ¥2,200 |
| 5  | 4/4(火)        | 13:45~14:45 |     | 1日間 |            | ¥2,200 |
| 6  | 4/5(水)        | 13:45~14:45 |     | 1日間 |            | ¥2,200 |

# トランポリン教室

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。

| 番号 | 日程      | 時間          | 定員  | 期間  | 対象  | 料金(税込) |
|----|---------|-------------|-----|-----|-----|--------|
| 1  | 3/29(水) | 11:15~12:00 | 12名 | 1日間 | 幼児  | ¥2,200 |
| 2  | 3/30(木) | 11:15~12:15 | 20名 |     | 小学生 |        |
| 3  | 3/31(金) | 11:15~12:00 | 12名 |     | 幼児  |        |
| 4  | 4/5(水)  | 11:15~12:15 | 20名 |     | 小学生 |        |

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

# 2023年 春休み 短期教室



# 親子体操

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子どもの運動能力を高めます!

| 番号 | 日程              | 時間          | 定員 | 期間  | 対象      | 料金(税込) |
|----|-----------------|-------------|----|-----|---------|--------|
| 1  | 4/4▶11▶18▶25(火) | 10:15~11:15 | 5組 | 4日間 | 1歳~3歳未満 | ¥5,500 |

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、子どもの運動能力の向上と自立を促します。

# キッズ体操

| 番号 | 日程              | 時間          | 定員 | 期間  | 対象       | 料金(税込) |
|----|-----------------|-------------|----|-----|----------|--------|
| 1  | 4/4▶11▶18▶25(火) | 11:30~12:30 | 3名 | 4日間 | 2歳半~5歳未満 | ¥6,600 |
| 2  | 4/6▶13▶20▶27(木) |             | 3名 |     |          |        |

△4月以降の新学年の対象クラスにご参加ください

△体操教室、トランポリン教室は各3名以上で開講となりますのでご了承ください

△コロナウイルス感染拡大防止のため、3歳以上のお子様はマスク着用でのレッスンとなります

3月 1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。  
※教室開催3日前以降のキャンセルについてはご返金できませんので、ご了承ください。



2023年  春休み

# 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  
ユ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

料金: ¥3,300(税込)  
対象: 年長(新小学1年生)~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 | 3/29(水) | 15:15~15:45 |
| 2 |         | 16:00~16:30 |
| 3 | 3/30(木) | 14:30~15:00 |
| 4 |         | 15:15~15:45 |
| 5 | 4/7(金)  | 13:30~14:00 |

※1人1レッスンのみ受講可

**3月6日(日)** 14:00~フロント受付開始  
14:30~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。  
※教室開催3日前以降のキャンセルについてはご返金できませんので、ご了承ください。