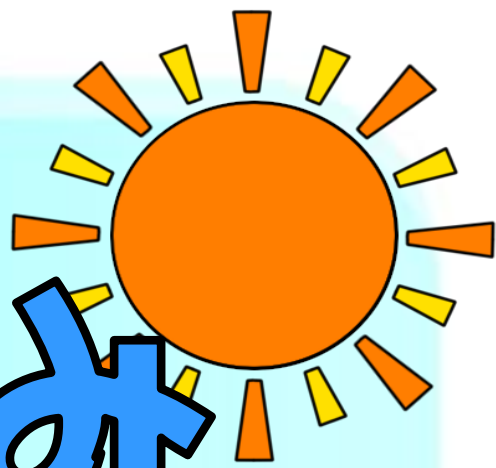


START



なつやすみ

たんききょうしつ



6月17日(金)12:00~

専用メールフォームにて予約開始!

日帰り合宿

日付	時間	受講料	対象	定員
7/22(金)	9:00~18:00	9,000	小学生	20
7/23(土)	9:00~18:00	9,000	小学生	20

体育の授業で役に立つ内容が盛りだくさん! 愛情をもって、楽しく! 優しく! 時には厳しく! 指導します♡

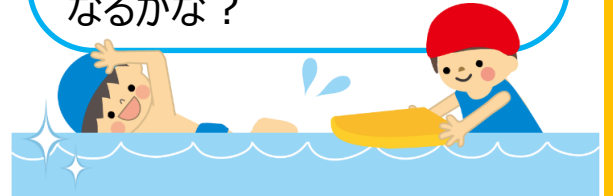
《1日の流れ》

- 8:50 1F受付前 集合
- 9:00 ウォーミングUP・レクリエーション
- 9:20 マット・鉄棒
- 10:10 とび箱
- 11:00 お買い物 *セブンイレブンに行くよ♪
- 11:40 なわとび・ボール
- 12:30 おひるご飯



13:40	工作 ペットボトルを再利用して船を作るよ！
15:00	おやつ時間
15:40	着替え・プールに移動
16:00	水泳 ＊練習
17:00	水泳 ＊自由時間
18:00	レッスン終了
18:15	完全退館

工作の時間につくった船であそんでみよう♪しっかり浮いてフェリーになるかな？それともプールの1番深いところまで沈む潜水艦みたいになるかな？



- * 集団行動やルールが守れない子は参加できません
- * お買い物で使うお財布は受付でお預かりします
- * お弁当は空調の効いた場所で保管します
- * 緊急時に備えて連絡が取れるようにしてください

プール特別講座

5日間集中コース

日付	時間	受講料	対象	定員
7/25(月)～ 7/29(金)	8:30～9:30	8,200	年少～小6	40

毎年夏休み短期教室のみ開講するクラス★

5日間続けて練習して、この夏スキルアップしよう！！

* 各個人のレベルに合わせて組分けをします

チョイスコース スイミングクラス参照

セカンドオピニオン

日付	時間	受講料	対象	定員
7/24(日)	11:20~12:20	2,800	年長~高3	4
<p><u>他チームの育成・選手コースに在籍している子限定クラス</u> サークルを決めての練習は一切しません。技術中心の練習になります。少人数で1人1人に向き合います。 ＊申込時、備考欄に練習内容のご希望を入力してください ＊足ヒレ・パドル・プルブイ等は必要ありません</p>				

高学年スイミング

日付	時間	受講料	対象	定員
7/22(金)・23(土)	9:15~10:45	3,800	小5~中3	18
<p>初心者の高学年限定！2日間セットのクラスです。 “泳げないことが悩み…” “でも低学年との練習は嫌…” “泳げていたはずなのに泳げなくなっている…” “平泳ぎだけ できるようになりたい…” などのお悩みを解決します！</p>				

チャリティークラス

各クラス 参加費(募金額) 500円から

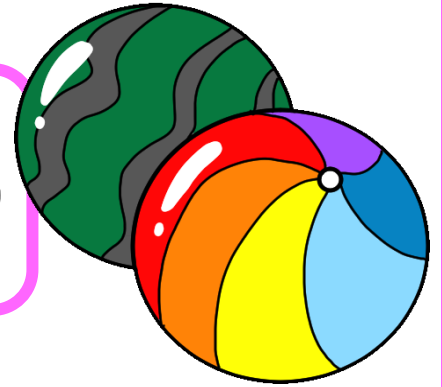
参加費の全額を“メイク・ア・ウィッシュ”に寄付します。
 後日、寄付の振込証をSTART HPに掲載します。

■メイク・ア・ウィッシュとは

3歳から18歳未満の難病と闘っている子どもたちの夢をかなえ、生きる
 ちからや病氣と闘う勇気を持ってもらいたいと願って設立された非営利の
 ボランティア団体です。

クラス	日付	時間	対象	定員
プールで遊ぼう	7/22(金)	11:00~13:00	年長~高3	30
とび箱練習会	7/22(金)	16:30~18:00	年中以上	20
プールで遊ぼう	7/23(土)	11:00~13:00	年長~高3	30

プールで遊ぼう



練習一切なし！ひたすら遊ぶぞ！

室内プールで、コーチも入水して一緒に遊びます♪

* 身長が小さい子はアームヘルパー(腕に装着する浮き具)をつけていただきます

* 水慣れができていない子はお支払い時にお申し出ください

* 遊び道具(浮き具・水鉄砲等)の持込可
自己管理です 水風船NG

■参考遊び道具



■参考写真

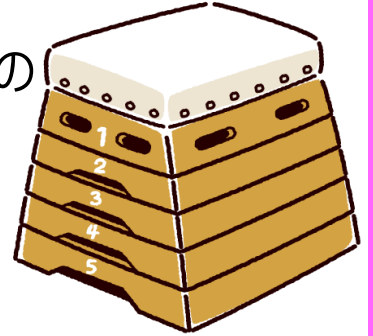


とび箱練習会

跳んで跳んで跳びまろう！！基本的には自主練習スタイル(場所と道具の提供)です。必要に応じて補助・ワンポイントアドバイスをします。とび箱は3台、時間によって4段～8段・縦横を入れ替えます。

* 保護者の皆様や中高生・大学生のご兄弟の方のご参加も可能です

* 原則として技の指導は行いません



チョイスコース

チョイスコースは“チケット制(共通券)”です

チケットのご案内

売価(円/税込) 利用期限:購入日より6カ月間

1回券	6回券	通常講座受講生 1回券
1,900	9,500	1,250

春・夏・冬短期教室 日曜教室(スイミング・体操)でご利用いただけます

【春・夏・冬短期教室】●予約後1週間以内にチケットをご購入ください(チケットがお手元になくても予約可能です)

【日曜スイミング・日曜体操】●ご購入されたチケットの枚数分の予約が可能です(1回分のみ購入前の予約ができます)●キャンセルは受講日の2日前までにご連絡ください

【短期教室・日曜たいそう教室共通】 ●受講には専用メールフォーム予約が必要です ●受付は先着順です ●6回券は本人のみご利用頂きます(兄弟などの共用はできません) ●計画が未定の場合は1回券をご購入ください ●払戻し・再発行・期限延長はできません(転居や傷病など特別な事情がある場合はご相談ください 特別な取扱いには所定の手数料がかかる場合があります) ●発券枚数が規定に達しましたらチケットの販売を一時休止します ●連絡のない欠席はチケットを無効(使用済)とさせていただきます ●キャンセル待ち予約の方へはキャンセルが出次第当店より連絡いたします

体操クラス

年少～年長クラス / 各日定員10名

7/25(月) 11:20～12:10 マット	7/26(火) 10:30～11:20 鉄棒	7/28(木) 11:20～12:10 とび箱
8/1(月) 11:20～12:10 側転	8/2(火) 10:30～11:20 なわとび&ボール	8/4(木) 11:20～12:10 マット
8/8(月) 11:20～12:10 鉄棒	8/9(火) 10:30～11:20 とび箱	8/18(木) 11:20～12:10 側転

小1～小6クラス / 各日定員10名

7/25(月) 12:20～13:10 マット	7/26(火) 11:30～12:20 鉄棒	7/28(木) 12:20～13:10 とび箱
8/1(月) 12:20～13:10 側転	8/2(火) 11:30～12:20 なわとび&ボール	8/4(木) 12:20～13:10 マット
8/8(月) 12:20～13:10 鉄棒	8/9(火) 11:30～12:20 とび箱	8/18(木) 12:20～13:10 側転

【鉄棒】 鉄棒に慣れ 技を習得！鉄棒は腕の筋力UPにも繋がります！

【側転】 カッコイイ側転をしたい子は必見です！側転の練習方法やきれいな側転をするコツを練習します

【マット】 前転・後転・倒立前転…などの技の練習やブリッジ・倒立などで体の使い方を覚えよう！難しい技にもチャレンジ！！

【とび箱】 踏切のやり方・自分の体重の支え方～開脚・閉脚跳びなどを練習し高い段も挑戦します

【なわとび&ボール】 なわとび:リズムよく連続で跳ぶ練習をします
ボール:色々な投げ方・蹴り方を練習します

* ひとりで参加できる子に限ります モジモジしたり泣いたりして参加できない子のフォローは致しかねます

* レッスンに参加できなかった場合でも出席扱いとなります

* 参加者全体のレベルによって指導内容を調整します

スイミングクラス

年少～小6 / 全日 11:20～12:20 / 各日定員40名

8/1(月)	8/2(火)	8/5(金)	8/8(月)
8/9(火)	8/19(金)	8/22(月)	8/23(火)

各個人のレベルに合わせてレベル分けをします。

【赤組】 質の高い水遊びのなかで、水に慣れる練習をします

【黄組】 “浮く・潜る”練習をメインとし、水泳の基礎を完璧にします

【緑組】 クロール・背泳ぎ どちらも練習します

【青組】 平泳ぎ・バタフライ どちらも練習します

* 参加者全体のレベルによって指導内容を調整します

* 各個人のレベルに合わせて組分けをします

* 5日間集中コースのクラス分けも同様に行います

ご予約

- ・専用メールフォームでご予約ください
- ・電話・店頭でのご予約はできません
- ・満席時のみ電話・店頭にてキャンセル待ち予約を承ります

予約開始 6月17日(金)12:00～

お支払い

- ・予約後1週間以内に店頭にて現金でお支払いください
- ・お支払い完了にて予約が確定となります
- ・期限後は自動的に予約を取り消させていただきます
- ・期限内に来店ができない場合は電話にてご連絡ください

キャンセル規定

受講日の2週間前まで.....100%払戻
受講日当日まで.....50%払戻
チケット(チョイスコース).....払戻不可/共通券案内参照
払戻の受け取り期限 2022年9月30日 *店頭にて現金

【重要】連絡のないキャンセル・欠席は払戻の対象外です

当日

- ・健康状態に合わせて無理のないように受講してください
- ・開始5～10分前よりスタジオ・プール更衣室に入室できます
- ・状況により入室時間を調整させていただく場合があります
- ・感染症対策にご協力ください

持ち物

全ての持ち物にお名前の記入をしてください

《スタジオ講座》

- 飲み物 ● 動きやすい服装 ● 室内用運動靴(または裸足)
- なわとび(チョイスコース なわとび&ボールクラスのみ)
- * レッスン中のマスク着用は自由です
- * 更衣室の利用はできません

《プール講座》

- 飲み物(濡れてもいい容器) ● 水着 ● プールキャップ ● タオル
- ゴーグル(プールで遊ぼう は必須)
- * プール更衣室ではマスク着用
- * 付き添いの方は更衣室へご入室できません
- * できる限り自宅で水着を着用しご来館ください

《日帰り合宿》

- 【体操】 ● 動きやすい服装 ● 室内用の靴 * 普段着はNGです
- 【水泳】 ● 水着 ● プールキャップ ● タオル ● ゴーグル(必須)
- 【その他】 ● マスク * 予備マスクの準備をお願いします
 - いないペットボトル1つ * サイズ500ml
 - 飲み物 * 多めにお持ちください
 - 昼食・おやつ * コンビニにお買い物に行きます
おこづかいの上限はありません
昼食持参、おやつのみのお購入などもOK

《プールで遊ぼう》

- プール講座持ち物一式 ● 遊び道具
- 浮き具はご自宅で膨らますようお願いいたします

その他

●館内ロビー及び談話室のご利用はできるだけお控えいただきフィジカル
ディスタンスにご協力ください●館内での送迎待機は協力をお願いするもの
であり 利用を禁止するものではありません●当店併設の駐車場が講座
開始時間の20分前から先着順でご利用いただけます●近隣パーキングの
駐車料金の補助はありません(神宮東橋パーキングを含む)●教室開始
終了前後は駐車場や周辺道路が混み合う場合があります●受講中の
怪我などは応急手当まで行います●補償は当店が加入する傷害保険の
範囲とさせていただきます●募集要項は都合により変更させていただく場合
があります 予めご了承ください

ご不明な点はお気軽にお問合せください

STARTの短期教室は通常教室への勧誘を目的に開催していません