

リコパ川崎		7月28日(火)		7月29日(水)		7月30日(木)	
1	10:30~11:20 (50分) ※1	A 跳び箱・鉄棒		A 跳び箱・鉄棒		A 跳び箱・鉄棒	
		B マット・跳び箱		B マット・跳び箱		B マット・跳び箱	
		C 鉄棒・マット ----- 年長~小6		C 鉄棒・マット ----- 年長~小6		C 鉄棒・マット ----- 年長~小6	
2	11:35~12:05 (30分)	縄跳びA※2	鉄棒上級	縄跳びA※2	鉄棒上級	縄跳びA※2	鉄棒上級
		年中~小3	年中~小6	年中~小3	年中~小6	年中~小3	年中~小6
3	12:20~13:10 (50分)	マット・鉄棒	縄跳びB※2	マット・鉄棒	縄跳びB※2	マット・鉄棒	縄跳びB※2
		年長~小6	年長~小6	年長~小6	年長~小6	年長~小6	年長~小6
4	13:25~14:15 (50分)	バク転		バク転		バク転	
		----- 小1~中3		----- 小1~中3		----- 小1~中3	
5	15:10~16:00 (50分)	通常レッスン		体操教室		体操教室	
6	16:15~16:45 (30分)			3歳~年中 ※3		3歳~年中 ※3	
				鉄棒初級	ハンドスプリング	鉄棒初級	ハンドスプリング
				年中~小4	小1~中3	年中~小4	小1~中3
7	17:00~17:30 (30分)			グライダー	側転・ロンダート	グライダー	側転・ロンダート
8	17:45~18:35 (50分)	小1~中3	年中~小6	小1~中3	年中~小6		
		バク転		バク転			
		----- 小1~中3		----- 小1~中3		----- 小1~中3	

※1 A~Cコースの中からどれか一つのコースをお選びください。

※2 縄跳びはご持参ください

※3 ラビット、ドルフィンクラス在籍の会員様は他のクラスをご受講ください。

# 夏の短期教室

7月28日(火)~30日(木)

とにかくさん身体を動かそう!

暑すぎて熱中症が心配...外で遊べない!  
体力有り余っていませんか?  
涼しい体育館で  
お子様の運動不足解消に

苦手な種目がある...自信がもてない...  
反復練習で技が身に付き  
苦手な種目を克服!  
チャレンジ精神も養える

大募集!  
チャレンジ!

## 50分クラス

- 体操教室・マット・跳び箱・鉄棒の3種目
- マット・鉄棒教室
- A・B・Cコース
- 参加条件のある種目
- 縄跳びB  
あや跳び、交差跳び、二重跳び等
- ※縄跳びはご持参ください。

1コマ2,100円 3コマ以降は1,500円ずつ増える

○バク転教室

1コマ2,500円 3コマ以降は1,700円ずつ増える

## 30分クラス

- 鉄棒初級・逆上がり
- 縄跳びA・前跳びのみ。縄跳びはご持参ください
- 鉄棒上級・空中逆上がり・空中前回り
- グライダー
- 参加条件のある種目
- ハンドスプリング
- 側転・ロンダート

1コマ1,600円

### 参加条件

- ハンドスプリング・倒立、壁倒立が一人で出来ること
- ロンダート・側転がまっすぐ出来ること
- 縄跳びB・前跳びが連続して出来ること

申し込み締め切り

メールはこちらから

7/24(金)

リコパ川崎店 044-589-3875



お申込みの流れ

会員様  
非会員様

メールでの予約  
メールもしくは電話での予約

店舗スタッフに直接申込書を提出の上支払い  
※事前のお支払いをお願いいたします。  
参加初日に申込書記入の上支払い

参加当日  
※事前のお支払いがお済みでない方は参加当日にお支払い  
非会員様はスポーツ保険への加入が必要となります

LINE友だち登録で  
10% OFFクーポン使えます!

