

キッズ体育スクールのご案内

コース名	曜日	月会費（税込）	
		週1回	週2回
幼児 (3才～年長)	平日	7,150円	10,780円
	土日	8,030円	11,990円 ※土日クラスを含む週2回コースの料金
児童 (小学生～)	平日	7,150円	10,780円
	土日	8,030円	11,990円 ※土日クラスを含む週2回コースの料金

指定用品（税込）		
Tシャツ 100～150・S・M・L	ハーフパンツ 100～150・S・M・L	指定バッグ
3,080円	4,180円	3,300円

●当クラブのスクールでは、指定のユニフォーム(Tシャツ・ハーフパンツ)及び、バッグの携帯をお願いしております。予めご了承の上、お買い求めください。また、ご自身のユニフォーム等にはお名前の記入をお願い致します。

練習日について

●各コースの練習は決められた曜日、時間に行われますのでスケジュールカレンダーをご覧ください。練習にお越しください。

●1ヶ月3回練習の月もございます。予めご了承ください。

●練習回数は年間45回、週2回コースは90回です。

振替練習制度について

●他の予定が練習日と重なり、練習に参加できない場合、または病気・怪我などで練習日に参加できない場合には振替練習が可能となります。

●振替は、週1回の方は2回/月、週2回の方は4回/月まで可能です。

●振替は、欠席した当月及び翌月最終練習日までとさせていただきます。

●振替は、幼児・児童の同設定時間帯に可能です。

●振替をされる場合、当日12:00までにwebでのご予約が必要です。

●練習をお休みされる際、練習開始15分前までにwebにて欠席登録をお願い致します。事前に欠席登録を行わなければ振替ができませんので予めご了承ください。

●土曜、日曜クラスに振替をされる場合、午前7:00までにWEBでのご予約が必要です。

●ご予約は振替希望日の前月16日からweb受付致します。(欠席予定日前への振替も可能)

※振替につきましては、レッスン回数を保障する制度ではございません。

※時間や曜日によっては振替できない場合もございます。

※web欠席・振替システムの詳細は別紙をご確認ください。

各種手続きについて

●【退会】毎月10日迄のお手続きで当月末退会。

●【休会】毎月10日迄のお手続きで翌月より休会。1～6ヶ月間まで可能。休会中手数料1,650/月

●【コース変更】毎月10日迄のお手続きで翌月より変更。手数料無料。

●【クラス変更】毎月月末迄のお手続きで翌月より変更。手数料無料。

※お電話でのお手続きは承っておりません。

尚、各種お手続きにつきましては、受付対応時間に限りまして予めご了承ください。

平日 10:00～22:00 土日祝 10:00～17:00 (月曜日を除く)

ご入会時にご用意いただくもの

登録手数料
【初回のみ1,100円】

月会費 2ヵ月分

会員カード発行手数料
【初回のみ1,100円】

指定用品代

指定金融機関の通帳・届出印

三井住友・みずほ・三菱UFJ・りそな・関西みらい銀行・紀陽銀行の各本支店及びゆうちょ銀行

●入会諸費用のお支払いはクレジットカードも可能です。(月々の支払いはカード不可)



●当クラブでは、月会費のお支払いを指定金融機関より口座振替させていただきます。

会費は前納制となっておりますので、毎月28日に翌月分の月会費を引き落としさせていただきます。

営業時間・休館日

【スタッフ対応時間】 平日 10:00～22:00 土・日・祝日 10:00～17:00 ※月曜日を除く 【クラブHPはこちら】

【駐 車 場】 駐車場:275台(3時間無料 以降30分毎に200円となります)

※駐車場サービスは施設利用時に限りさせていただきます。

【休 館 日】 なし



キッズ体育スクール

様々な基本運動を経験し、身体を操る能力、基礎体力を身につけます。また、親元を離れてお友達と楽しく運動することで、集団行動の中で必要な社会性を養います。

情操教育

セントラルスポーツでは、「やさしい心」と「強い身体」を持った人に成長していただくため、技術指導だけでなく、心身の成長を目指す指導を行っています。

幼児コース(3歳～未就学児)

遊びの要素を含む動きの中で、様々な身体の動かし方を体験することによって、思い通りに身体を操る能力「コーディネーション能力」を身につけます。

児童コース(小学生～)

各種目の運動を適切に指導することで、運動の方法や基礎技術を習得させ、強靱な身体の育成及び体力の向上を図ります。
学校教育に必要な運動を含めて練習します。

体育チャレンジシステム タイチャレ

最終ステップを目指して頑張ろう!

マット



- | | | |
|---------------|----------|------------------|
| 1 後転跳び | 10 側転 | 19 坂あり前転 |
| 2 転回跳び | 11 壁倒立・背 | 20 うさぎジャンプ (5回) |
| 3 転回跳び (2回連続) | 12 開脚後転 | 21 スキップ |
| 4 ロンダート～ジャンプ | 13 開脚前転 | 22 ケンケン跳び (5回連続) |
| 5 ロンダート | 14 後転 | 23 V字バランス |
| 6 助走～ホップ～側転 | 15 坂あり後転 | 24 壁倒立・腹 (10秒) |
| 7 側転2回連続 | 16 首支持倒立 | 25 グーバ～ジャンプ |
| 8 倒立前転 | 17 プリッジ | |
| 9 倒立ブリッジ | 18 前転 | |

跳び箱



- | | | |
|-------------------|--------------------|---------------------------|
| 1 側転跳び (4回～) | 10 開脚跳び (横6段～) | 19 横跳び越し (第1段～) |
| 2 前転跳び (横6段～) | 11 台上前転 (横6段～) | 20 両足踏み切りジャンプ乗り・降り (第1段～) |
| 3 前転跳び (横6段～) | 12 台上前転 (横4段～) | 21 その場横跳び越し (第1段～) |
| 4 前転跳び (横6段～) | 13 前脚跳び (横6段～) | 22 支持開脚乗り (第1段～) |
| 5 倒立倒れ込み (4段2回連続) | 14 開脚跳び (横6段～) | 23 馬乗り (第2段～) |
| 6 その場踏み切り倒立倒れ込み | 15 前脚跳び (横6段～) | 24 両足踏み切りジャンプ降り (第1段～) |
| 7 台上前転 (横6段) | 16 両足踏み切り乗り (第4段～) | 25 グージャンプ (3回連続) |
| 8 前脚跳び (横6段) | 17 前脚跳び (横6段) | |
| 9 開脚跳び (横6段) | 18 前脚跳び乗り (横6段～) | |

鉄棒



- | | | |
|--------------------|----------------------|--------------------|
| 1 ともえ～振り出し足掛け上がり | 10 後ろ回り (脚伸ぶし) | 19 跳び上がり支持 (5秒) |
| 2 ともえ | 11 後ろ回り (脚曲げ) | 20 足置き尻上がり |
| 3 振り出し足掛け上がり | 12 支持スイング | 21 足置き |
| 4 振り出し足掛け | 13 逆上がり | 22 倒立で支持 (5秒) |
| 5 飛行機跳び | 14 逆上がり (足付き: 45°以下) | 23 ぶら下がり・手と足 (5秒) |
| 6 飛行機跳び (足裏支持時の跳び) | 15 逆上がり (足付き: 45°以上) | 24 足裏支持・ぶら下がり (5秒) |
| 7 逆上がり～伸膝後ろ回り～前回り | 16 斜め懸垂 (5回) | 25 ぶら下がり・手 (10秒) |
| 8 前回り | 17 跳び上がり支持・前回り降り | |
| 9 足掛け上がり | 18 ぶら下がり横移動 | |

体育スクール時間割

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
9:00～10:00						児童	児童
10:00～11:00						幼児	幼児
11:00～12:00						児童	幼児
							14:00～15:00
15:30～16:30		幼児	幼児	幼児	幼児		幼児
16:30～17:30		児童	児童	児童	児童		15:00～16:00
17:30～18:30		児童		児童			児童

☆進級チェックについて☆

●進級チェックは3ヶ月に1回行います。

セントラルスポーツジムスタ24 和歌山市駅店

〒640-8203 和歌山県和歌山市東蔵前丁 39 キーノ和歌山3階
TEL073-435-0777 FAX 073-435-0787

