

心体操を目指して！

少女新体操教室

見学体験
受付中



受講生募集

場 所 鶴見スポーツセンター 多目的室

日 時 毎週金曜日 幼児コース 16:00～16:50
中初級コース 16:55～17:55
上級コース 18:00～19:00

料 金 3,300円
(月4回・定員各コース25名・先着順)

対 象 幼児コース：年少～年長の女子
中初級コース：少学生・女子
上級コース：小・中学生の女子（定めるレベル）

コーチ紹介



有村 コーチ

全日本新体操選手権 出場
インターハイ 出場
全日本インカレ 出場
全日本新体操選手権総合2位 種目別クラブ優勝
西日本インカレ総合2位

●内容

新体操に欠かせない柔軟、美しい身体のラインを生み出す筋力トレーニング、バランス運動、マット運動、身体のケアを充分にできたところで、リボンやボール、フラフープなどの手具練習をします。

●指定のレオタードを着用してください。

レオタード・シューズ等の購入希望者はコーチより斡旋します。



鶴見スポーツセンター

TEL : 06-6915-2567

〒538-0036 大阪市鶴見区緑地公園2-163

<http://www.mizuno.co.jp/facility/>

●営業時間 9:00～21:00

●休館日 月曜日
(祝日の場合は翌日火曜日)
年末年始

4月							5月							6月							7月									
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土			
			1	2	3	4					1	2			1	2	3	4	5	6			1	2	3	4				
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11			
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	14	15	16	17	18	19			
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	17	18	19	20	21	22	23	19	20	21	22	23	24	25			
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	24	25	26	27	28	29	30	28	29	30		27	28	29	30		
							31																							
8月							9月							10月							11月									
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土			
						1				1	2	3	4	5				1	2	3		1	2	3	4	5	6	7		
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17			
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	25	26	27	28	29	30	31			
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30				25	26	27	28	29	30				
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30																				
30	31																													
12月							1月							2月							3月									
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土			
			1	2	3	4	5					1	2				1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6	
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23			
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			
20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30	28									
27	28	29	30	31			31																							

■ 開講日 ■ 休講日

<受付について>

- ・受講者証は開講初日にお渡しします。受講時にご提示ください。
- この受講者証は2021年3月分まで有効です。失くさないように大切にお持ちください。

<その他注意事項>

- ・大阪市に暴風警報が発令された場合は休講となります。
- 休講かの判断が難しい場合は、当スポーツセンターへお問い合わせください。
- ・更衣後の衣類・所持品はコインロッカー(返金式)をご利用ください。
貴重品は持ち込まないようにお願ひいたします。盗難があった場合は
当センターは一切の責任を負いません。
- ・体調には十分ご留意ください。体調が悪い時は無理をしないでください。

<継続のお手続きについて>

- ・継続される場合の手続きは前月の15日から受け付けています。
なるべくお手続き頂きますようご協力を願いいたします。
- ・受講料の返金は原則として致しませんので予めご了承ください。