お客様満足度97%以上! こどもたちが夢中で体操する!

体操教室ではどんなことをするの?

跳び箱・鉄棒・マット・トランポリンを使って、楽しく運動能力を高 めます。レベルに合わせた少人数指導、プラス思考の指導方針(ほ める)で、自信とやる気を育て、強い「心」と「身体」づくりを目指し ます。ベテランスタッフが多数いるので、安心してお任せください。

短期教室各コースのレッスン内容は次ページをご覧ください!



★短期教室 参加者の声★

- ●少人数制のグループに分かれて指導して下さるので、きめ細かくて良いと 思いました。 体操4種目 K<ん
- ●体育が苦手なのですが、体操教室が終わった時に「楽しい」と言っている のを聞いて親も大変うれしく思いました。 体育特訓 Nちゃん





★新型コロナウィルス感染防止対策★

- ◆スタッフの体調管理の徹底·マスクの着用 ◆入室時の検温·アルコール消毒
- ◆保護者様のレッスンフロアへの入室制限 ◆ソーシャルディスタンスの確保
- ◆館内消毒徹底 ◆常時換気 ◆定員数管理 ※ 詳細はこちらをご確認ください→

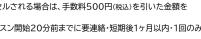


①ウェブ申込 6/28(月)13:30~ 上記「2021夏短期」QRコードよりお申込みください。

- ②申込サイトでクレジット決済(PavPal)【即日】 又は銀行振込【1週間以内】
 - ※現金でのお支払いはできません。ウェブ申込後、お支払い前にキャンセルされる場合は必ずご連絡ください。
- ③入金確認→申込完了

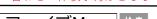
※各コース1週間前の12:00以降のキャンセルによる受講料の返金はできませんので予めご了承ください。 ※申込完了後(各コース1週間前の12:00迄)にキャンセルされる場合は、手数料500円(税込)を引いた金額を 返金させていただきます。

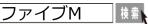
※お休みされた場合通常レッスンに振替できます。(レッスン開始20分前までに要連絡・短期後1ヶ月以内・1回のみ)











平日10:00~12:15、13:15~20:00 **1** 075-255-4401 ±曜日9:10~12:15、13:15~18:00



地下鉄「四条」・阪急「烏丸」から徒歩5分、2フロアあるので年少~6年のきょうだいが同時受講可能

日数	日程	時間		コース	対象	受講料(製込)
		10:00~11:00	S1	体育特訓(60分)	2年~6年	¥4.150
			S2	体自特訓(00分)	年中~1年	¥4,130
		11:15~12:35	S3	毎日体操4種目(80分)	1年~6年	¥6,640
2⊟	7/30(金)・31(土)	11 : 15:-12 : 55	S4	母日体殊4種日(80分)	年少~年長	¥0,040
2 🗆	7/30(並)・31(工)	14:00~15:00	S5	なわとび基礎(60分)	年中~4年	¥4,980
		14:00~15:10	S6	アクロバットチャレンジ(70分)	年長~5年 ※1	¥6,970
		15:15~16:35	S7	MEW 小学校受験対策(80分)	年長	¥9,290
		15:25~16:35	S8	バク転(70分)	1年~6年	¥6,970
	8/2(月)~5(木)	11:10~12:10	S9	体操4種目(60分) ▶ YouTube	年長~6年	¥9,050
	8/10(火)~13(金)	10:00~11:00	S10		1年~6年	
			S11		年少~年長	
		11:15~12:05	S12	体操4種目(50分) ► YouTube	年少~2年	¥7,540
4日		11:15~12:15	S13	体育特訓(60分) Degration of the Property of the Pr	年長~6年	¥9,050
		13:30~14:50	S14		2年~6年	¥12.070
		10:00 14:30	S15	母日体操4種目(80分) ► YouTube	年中~1年	¥12,070
		15:05~16:05	S16	バク転(60分) PouTube	1年~6年	¥10,860
	13:03	13 : 03 - 10 : 03	S17	逆上がり特訓(60分) 🛂 YouTube	年中~4年	¥9,050
	8/23(月)~26(木)	11:10~12:10	S18	体操4種目(60分) ► YouTube		≢5,550

※1 ブリッジ・側転・壁倒立10秒ができる方

YouTube 四条本校S9~S18・西陣校N1~N5コース「4日目」のみ YouTube限定公開ライブ配信を行います。詳しくはこちら→

西陣校【大宮一条】

奥行き25mの体育館、大型トランポリン、ふかふかの大きなスポンジマット設置

日数	日程	時間		コース	対象	受講料(親込)	
	8/2(月)~5(木)	11:10~12:10	N1	体操4種目(60分)	年少~3年	¥8,570	
	0/2(月)(平)(水)	12:30~13:30	N2	→ YouTube	年長~6年	¥8,570	
4日	8/10(火)~13(金)	10:10~11:00	N3	鉄棒:跳び箱フリー(50分)	年中~2年	¥7,490	
		11:20~12:10	N4	► YouTube	1年~6年	¥7,490	
		13:00~14:00	N5	バク転(60分) 🔼 YouTube	2年~中1	¥10,280	
2日	8/18(水)・19(木)	11:10~12:00	N6	トランポリン(50分)	年少~3年	¥4,320	
		12:20~13:20	N7	バク転基礎(60分)	1年~4年 ※2	¥4,710	

※2 初めてバク転にチャレンジする方

上桂校【上野橋南】 駐車場14台完備、なが~い9mのトランポリン、オリンピックでも使用している体操器具設置

日数	日程	時間		コース	対象	受講料(覆込)
		10:00~10:50	K1	体育特訓(50分)	年長~3年	¥7,140
	8/3(火)~6(金)	11:10~12:10	K2	体操4種目(60分)	年少~2年	
		12:30~13:30	K3		1年~6年	
4日	8/10(火)~13(金)	10:00~11:00	K4		年少~2年	¥8,570
		11:15~12:15	K5		1年~6年	
		13:15~14:15	K6	逆上がり特訓(60分)	年中~4年	
		14:30~15:50	K7	毎日体操4種目(80分)	2年~6年	¥11,430
2日	8/18(水)・19(木)	13:00~14:20	K8	バク転(80分)	1年~6年	¥7,490

洛西口校【阪急洛西口】

阪急洛西口駅から徒歩5分、横幅3m×長さ約9mのハイパーエアートランポリン設置

				_		
日数	日程	時間		コース	対象	受講料(親込)
2日	7/30(金)・31(土)	10:00~10:50	R1	鉄棒・トランポリン(50分)	年少~年長	¥4,150
		11:05~11:55	R2		1年~6年	¥4,150
		13:00~14:20	R3	毎日体操4種目(80分)	年長~6年	¥6,640
		14:35~15:35	R4	走力向上(60分)	年中~2年	¥5,480
4日	8/10(火)~13(金)	10:00~11:00	R5	体操4種目(60分)	年少~年長	¥9,050
		11:15~12:15	R6	冲探4種日(00分)	1年~6年	¥9,050
		13:15~14:15	R7	アクロバットチャレンジ(60分)	2年~6年 ※3	¥10,860
		14:30~15:30	R8	走力向上(60分)	1年~6年	¥9,960
ン2 ゴリ・バーナーマー・・プ側キー 時例 ÷ 10 チレ メ゙マ キュナ						

※3 ブリッジ・走ってホップ側転・壁倒立10秒ができる方



≪ 2021年 夏休み短期体操教室 各コースのレッスン内容 ≫

四条本校

コース	内 容
体操4種目	初心者から得意なお子様まで、レベル別に班分けを行い、跳び箱・鉄棒・マット・
毎日体操4種目	トランポリンを練習します。(体操4種目1日2種目、毎日体操4種目1日4種目)
体育特訓	開脚とび(跳び箱)・逆上がり(鉄棒)・側転(マット)を毎日練習し、苦手を克服!体育が苦手なお子様におすすめです。
逆上がり特訓	基礎から練習し、逆上がりの完成を目指します。
バク転	専門の指導者による補助で初心者でも安心です。
アクロバットチャレンジ	アクロバット(ロンダード・バク転・転回等の技)にチャレンジするコースです。 ※1 参加基準一ブリッジ・側転・壁倒立10秒ができる方
EDGT)	小学校受験に出題率の高い種目(基礎運動・跳び箱・鉄棒・マット・平均台・ボー
2000	ルつき・ボール投げ・なわとび)の「技術練習」を主とします。指導者の指示をよ
小学校受験対策	く聞き行動できるようにする「指示行動練習」も行います。
	★入室・見学不可の為、お子様の成果がご覧いただける「確認シート」を後日
	メールにてご連絡させていただきます。
なわとび基礎	前とび(後とび)の練習をします。(持ち物:なわとび)









四条通	Holly's Café	京都中央信用金庫	島丸通り か島丸駅
明日の元 紀 ファイ	之事状态 之神 本校 地 坊垣 大	● 25番出口 京都産業会館	● UI 四条駅
	新 町 通 り	室町通り	地下鉄烏丸線

西陣校

コース	内 容
体操4種目	初心者から得意なお子様まで、レベル別に班分けを行い、跳び箱・鉄棒・マット・トランポリンを練習します。(1日3種目)
鉄棒・跳び箱フリー	鉄棒・跳び箱の練習したい種目を選択し、練習するコースです。 種目の変更はいつでも可能です。
トランポリン	大型トランポリン、ミニトランポリンを使用して楽しく体を動かすコースです。
バク転基礎	初心者向けコースです。補助器具(コロコロ等)などを使用して練習を行います。 ※2 対象一初めてバク転にチャレンジする方
バク転	専門の指導者による補助で初心者でも安心です。









# ····	今出川通り	♀ 大宮*	s 田川
	朝日の元気と申せを ファイス 西降校	LAWSON STORE 100 大 宮通り	を提出通り 一条戻り バスイン
	ユニクロ	中立売通	

上桂校

コース	内 容
体操4種目	初心者から得意なお子様まで、レベル別に班分けを行い、跳び箱・鉄棒・マット・
毎日体操4種目	トランポリンを練習します。(体操4種目1日2種目、毎日体操4種目1日4種目)
体育特訓	開脚とび(跳び箱)・逆上がり(鉄棒)・側転(マット)を毎日練習し、苦手を克 服!体育が苦手なお子様におすすめです。
逆上がり特訓	基礎から練習し、逆上がりの完成を目指します。
バク転	専門の指導者による補助で初心者でも安心です。











洛西口校

コース	内 容
体操4種目	初心者から得意なお子様まで、レベル別に班分けを行い、跳び箱・鉄棒・マット・
毎日体操4種目	トランポリンを練習します。(体操4種目1日2種目、毎日体操4種目1日4種目)
鉄棒・トランポリン	鉄棒とトランポリンの2種目を練習します。
アクロバットチャレンジ	バク転・転回・後方宙返り・前方宙返り、すべての技にチャレンジします。 ※3 参加基準:ブリッジ・走ってホップ側転・壁倒立10秒ができる方
走力向上	短距離走の基礎を学び、ミニハードルやラダーを使ってフォームの矯正練習等を、 行います。











★短期教室 参加者の声★

- ●あこがれのバク転めざして、一生懸命がんばっていました。まだ一人ではできないけれど、何度もチャレンジしている姿に感動しました。 バク転 O<ん
- ●家ではすぐに「なわとびできない〜」とあきらめていましたが、お友達と一緒だと楽しくがんばれて、連続とびもできました。 なわとび Rちゃん







3 075-255-4401 (お問い合わせは四条本校まで)

[四条本校] 600-8492 京都市下京区月鉾町四条ISビル3〜6階 [西 陣 校] 602-8226 京都市上京区大宮一条上る石薬師町684

[上 桂 校] 615-8003 京都市西京区桂上野東町103 [洛西口校] 615-8103 京都市西京区川島六ノ坪町10-2 [四条本校 電話受付時間] 月~金10:00~12:15、13:15~20:00 ±10:00~12:15、13:15~18:00



お問い合わせ・体験予約はこちら

<u> https://five-m.com</u>

ファイブM



