



# 短期 体操プログラム



種目に特化した土曜日朝の短期集中コースのご案内です。  
この機会にぜひチャレンジしてみませんか？1人1人のレベルに合わせた練習を行います。  
みなさまのご参加お待ちしております！

## 逆上がり&トランポリン

開催日(4月9日、16日、23日、30日)

## 逆上がり&トランポリン

開催日(5月7日、14日、21日、28日)

## 逆上がり&とびばこ

開催日(6月4日、11日、18日、25日)

### 逆上がり

逆上がりのコツを知って、一緒に練習しよう！

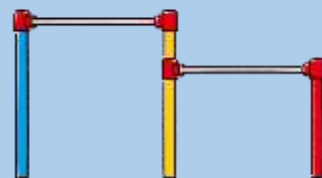
### トランポリン

基本的な跳び方をマスターして、いろんな技に挑戦しよう！

ジャンプ力を鍛えると、とび箱のふみきりやなわとびなど、身体能力向上につながります。

### とびばこ

基本の開脚とびから閉脚とび、台上前転など、1人1人のチャレンジしたい技を練習しよう！



- 時間 9:30~10:30 (60分)
- 場所 名古屋 YMCA (本館) 3F ホール
- 対象 年長児~小学校6年生
- 定員 各10名
- 費用 7,300円(税込) ★非会員の方は、臨時登録費500円が別途必要です。  
お休みされた場合も費用は変わりませんのでご了承ください。
- 服装 半袖・半ズボンの体操服(着用しご来館ください) ★冷暖房完備
- 持ち物 水筒、手拭きタオル(ビニール袋に入れてお持ちください)

こちらから  
お申し込みできます！

お申し込み  
QRコード



お申し込み方法 WEB予約【QRコードまたは名古屋YMCA HP (<https://nagoyaymca.org/>) 「新着情報」よりご予約可能です】

お申し込み期間 3/7(月) 10:00~各プログラム開始7日前まで

お支払い方法 振込

お申し込み時にご入力いただいたメールアドレスへ担当より参加要項と参加費の振込先を配信いたします。

[e-toyama@nagoyaymca.org](mailto:e-toyama@nagoyaymca.org) の迷惑メールフィルターの解除をお願いいたします)

プログラム開始6日前のお申し込みについて

お電話(052-757-3331)にて受付(●参加要項は郵送 ●参加費はクラス開始前までに窓口にてお支払い)

★感染症拡大防止のため、保護者の方のご見学は見合わせております。