

**新企画!**

# ★★マット・アクロバット強化短期教室★★

この度、新企画として、マット運動・アクロバット強化短期教室を開催する事となりました。マット運動で培われた運動能力は跳箱や鉄棒といった体育種目にはもちろん、他の様々なスポーツにも応用する事ができます。今回はマット運動に重点を置いて基本運動から応用まで指導いたします。是非、チャレンジしてみたいはかがですか?! ご参加お待ちしております。

## ★レッスン内容・年齢★

### ①4歳~6歳クラス

柔軟体操、フリッジ、ゆりかご・前転・後転といった回転運動や、背倒立・三点倒立・倒立・側転などの倒立系運動の導入。

### ②6歳~9歳クラス

柔軟体操、筋力トレーニング、三点倒立、倒立(壁)、倒立前転、倒立フリッジ、側転等

### ③9歳以上クラス

柔軟体操、筋力トレーニング、倒立系運動、前方転回、後方転回、ロンダード、バック転導入など

※クラスの数、スキルによって指導内容が変更する可能性あり

## ★開催日程★

### ●7月8日 土曜日

- ① 10:00~11:00 4歳~6歳クラス
- ② 11:10~12:10 6歳~9歳クラス
- ③ 12:20~13:20 9歳以上クラス

★開催場所: ココロラーニングハウス  
(112 Killiney Road Singapore 239551)

★定員数: **最大10名**まで



## 【お申込み・お支払いについて】

●お申込み方法：6月7日、午前10時より、下記Eメールにて申込受付開始。下記①～⑤を添えてお申込み下さい。

①お子様のフルネーム、②年齢、③参加日時、④電話番号、⑤ジャクパ所属先（会員様のみ記載）

Eメール：[jacpa\\_s@singnet.com.sg](mailto:jacpa_s@singnet.com.sg)

※園では申込受付を行っておりませんので、ご注意ください。

●申し込み期限：開始日の1週間前まで（満員になり次第募集を終了します。）

●各教室の参加費（※下記料金は1レッスン分の金額となります）

一般：S\$38.00 会員：S\$35.00

●お支払い方法：お申込み確定後5日以内にお振込、もしくは小切手を弊社までご郵送下さいませ。

お支払いの際は、**必ずお子様のお名前を添えて**お手続き頂きますようお願い申し上げます。

## 【振込先】

銀行名：SMBC 口座番号：10001861 口座名義：JACPA

(SINGAPORE) PTE LTD

## ★インストラクター紹介★

### 【本山美鈴】

幼少より器械体操・新体操・バレエ・ダンスなど様々な経験を持つ。元全日本チャイルド選手権、団体大会優勝者。舞台では様々なアーティストの振付、アクロバット指導に携わる。笑顔絶やさず、楽しく、時にはピリッと！メリハリ持ってレッスンします！



※参加申し込みを頂いたレッスン回数分の料金をお納め頂きます。尚、レッスンのキャンセル・欠席による返金はできませんので予めご了承下さい。

※一般参加者については、スポーツ安全保険の適用がありませんので、練習中の怪我等は保険の対象外となることを予めご了承下さい。

その他ご質問等ございましたら、ジャクパスポーツクラブ・シンガポール（日本語対応）までお気軽にお問い合わせ下さい。

JACPA SINGAPORE PTE. LTD.

10 Anson Road #03-11 International Plaza (S) 079903

Tel : 6221-3350 E-mail : [jacpa\\_s@singnet.com.sg](mailto:jacpa_s@singnet.com.sg)

[www.jacpa.co.jp](http://www.jacpa.co.jp)