

GW短期体操教室

五反田studio

5/2(木)

5/3(金)

みんなで楽しく！体操教室
マット・跳び箱・鉄棒
15:30-16:20 年中～小3
会員様3,000円 非会員様3,300円

マット・跳び箱・鉄棒の3種目を練習します。体育苦手を克服！跳び箱たくさん跳んで自信满满！鉄棒で逆上がりや空中逆上がり！個々のレベルに合わせて練習を進めます！

参加条件
無し

みんなで楽しく！体操教室
マット・跳び箱・鉄棒
10:00-10:50 年少～年長
会員様3,000円 非会員様3,300円

マット・跳び箱・鉄棒の3種目を個々のレベルに合わせて練習します。側転や逆上がりに挑戦！カッコよく開脚跳び！体操教室に通うのを検討している子、GWに身体を動かしたい子にオススメのコースです！

参加条件
無し

逆上がり特訓クラス
16:50-17:40 年中～小4
会員様3,000円 非会員様3,300円

逆上がりが苦手な子、初めての子、上手になりたい子向けに、個々のレベルに合わせて練習します！逆上がりを習得できた子は、空中逆上がりなど、上位の技にレベルアップして練習します！

参加条件
無し

バク転、ロンダート～バク転 特訓クラス
11:20-12:10 小1～小6
会員様3,000円 非会員様3,300円

バク転やロンダートバク転(ロンバク)の習得を目指す、2日間のコースです。1人で習得することを目指す子向けに、個々のレベルに合わせて指導を行います。

参加条件
ブリッジ・壁倒立が一人でできる

バク転・バク宙にチャレンジ！
18:00-18:50 小1～小6
会員様3,000円 非会員様3,300円

みんな憧れるバク転・バク宙にチャレンジするコースです。初めて挑戦する子や段階練習から行いたい子向けに行います！

参加条件
無し

(初心者歓迎)
親子でバク転にチャレンジしてみよう！
13:30-14:20 小1～大人
会員様3,000円 非会員様3,300円

親子でバク転にチャレンジするコースです。みんなが憧れるバク転を親子で挑戦してみよう！

参加条件
無し

練習中のアクロバット技をたくさん練習しよう！
19:20-20:10 小1～小6
会員様3,000円 非会員様3,300円

倒立・側転・バク転・ロンダート～バク転(ロンバク)・転回など、それぞれ練習中のアクロバット技を練習するコースです！

参加条件
無し

練習中のアクロバット技をたくさん練習しよう！
14:50-15:40 小1～小6
会員様3,000円 非会員様3,300円

倒立・側転・バク転・ロンダート～バク転(ロンバク)・転回など、それぞれ練習中のアクロバット技を練習するコースです！

参加条件
無し

大人のバク転ワークショップ
16:10-17:00 高校生以上
会員様3,200円 非会員様3,500円

大人向けのバク転コースです。段階練習から実践練習まで補助者を付けて安全にバク転の練習を行うことが可能です！個々のレベルに合わせて行いますので、未経験者、久々の運動の方でも大丈夫です。

参加条件
ブリッジ・壁倒立が一人でできる

GWもたくさん練習して一緒にスキルアップできるように頑張ろう！



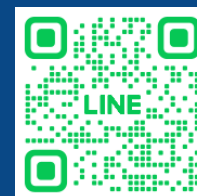
水鳥 寿思 が代表を務める 体操教室

アテネオリンピック体操団体金メダリスト
東京オリンピック体操男子日本代表監督

Webサイト



LINE



Instagram



東京都品川区東五反田 2-10-1
パークタワーグランスカイ201

五反田駅から徒歩5分
大崎駅から徒歩6分



Mizutori Sports Club
五反田studio

