

Mizutori Sports Club

「できた!」が心を強くする!

7/30 TUE → 8/2 FRI

8/13 TUE · 14 WED

短期体操教室

SPECIAL OFFER

本コース

無料体験 チケットプレゼント!

非会員様(本コース未登録の方)限定となります
短期教室体験施設のみでご利用可能となります

2024年11月15日まで有効

神経系が急速に発達するといわれる幼少期に
運動能力を伸ばしましょう!!

お問い合わせ・教室の詳細・お申し込みは
LINE または Webサイト から

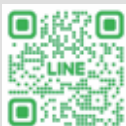
ミズトリスポーツクラブ

検索



WebサイトURL
<https://mizutori-sc.com>

◀ Webサイト



◀ LINE

お申し込み方法

- 1 Mizutori Sports Club Webサイトを開く
- 2 体験申込 から会員登録
- 3 マイページにログイン
- 4 コース追加
- 5 短期教室を選択
- 6 希望施設を選択
- 7 参加希望クラスを選択

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が代表を務める

Mizutori Sports Club

二子玉川studio

東京都世田谷区瀬田1-17-7 地下1階

上野毛駅から徒歩 6 分
二子玉川駅から徒歩 12 分



二子玉川studio 短期教室

スケジュール / クラス内容

	7/30(火) ・ 8/13(火)	7/31(水) ・ 8/14(水)	8/1(木)	8/2(金)
10:00	10:00-10:50 親子で体を動かしてみよう!【親子参加】 会員:4,000円 非会員:4,500円 / 親子価格 2歳~年長	10:00-10:50 幼稚園生集まれ!体操教室 (マット・鉄棒・跳び箱) 会員:2,600円 非会員:2,800円 年少~年長	10:00-10:50 普段やらないようなことを体験? 楽しく体操教室! (マット・跳び箱・鉄棒) 会員:2,600円 非会員:2,800円 年長~小6	10:00-10:50 はじめての縄跳び教室 会員:2,600円 非会員:2,800円 年中~小3
11:00	11:20-12:10 バク転をやってみよう!【2日間コース】(マットのみ) 会員:4,900円 非会員:5,300円 年長~小6		11:20-12:10 色々な補助を体験してみよう!【親子参加】 (マット・鉄棒) 会員:4,000円 非会員:4,500円 / 親子価格 年中~小4	11:20-12:10 縄跳びで難しい技に挑戦! (マット・跳び箱・鉄棒) 会員:2,600円 非会員:2,800円 年長~小6
12:00				
13:00	13:00-13:50 跳び箱でいろんな跳び方にチャレンジ! (開脚・閉脚・台上前転など) 会員:2,600円 非会員:2,800円 年長~小4	13:00-13:50 逆上がりの特訓! いろんな練習方法試してみよう! 会員:2,600円 非会員:2,800円 年長~小4	13:00-13:50 バク転をやってみよう!【2日間コース】(マットのみ) 会員:4,900円 非会員:5,300円 年長~小6	
14:00				
15:00	14:30-15:20 普段やらないようなことを体験? 楽しく体操教室! (マット・跳び箱・鉄棒) 会員:2,600円 非会員:2,800円 年長~小6	14:30-15:20 跳び箱でいろんな跳び方にチャレンジ! (開脚・閉脚・台上前転など) 会員:2,600円 非会員:2,800円 年長~小4	14:30-15:20 逆立ち・側転をマスターしよう! 会員:2,600円 非会員:2,800円 年長~小6	14:30-15:20 普段やらないようなことを体験? 楽しく体操教室! (マット・跳び箱・鉄棒) 会員:2,600円 非会員:2,800円 年長~小6
16:00	16:00-17:00 パーソナルレッスン 10,000円 年齢制限無し	16:00-17:00 パーソナルレッスン 10,000円 年齢制限無し	16:00-17:00 パーソナルレッスン 10,000円 年齢制限無し	16:00-16:50 アクロバット技をやってみよう! 会員:2,600円 非会員:2,800円 年長~小6
17:00				
18:00			17:40-18:00 固まった体をほぐして、少し動いてみよう! (ストレッチ・トレーニング) 会員:3,000円 非会員:3,500円 20歳以上	

コース	日程	時間	対象年齢	定員	コース内容	価格(税込)	
アクロバット技をやってみよう!	8/2(金)	16:00-16:50			アクロバットが好きな子大集合!逆立ち、側転、ロングダートやロングダートバク転! ハンドスプリングや前宙、バク転、バク宙! いまはできなくても全然大丈夫! やってみたいあの技を先生と一緒に体験してみよう!	◎2,600円 ◎2,800円	
マット	7/30(火)-31(水) 8/13(火)-14(水)	11:20-12:10	年長~小6	8名	バク転習得を目指すコースです。やったことあるけどまだできない子・挑戦してみたい子はぜひ! 色々な練習をして習得しよう! *バク転ができる子はきれいにできるように練習をします。	◎4,900円 ◎5,300円	
逆立ち・側転をマスターしよう!	8/1(木)	14:30-15:20			逆立ちや側転の習得を目指すコースです。できるための大事なポイントがたくさんあります! 教室でコツを掴んで、かっこいい倒立や側転を、学校や幼稚園で自慢しよう!	◎2,600円 ◎2,800円	
特訓クラス	7/31(水) 8/14(水)	13:00-13:50	年中~小4	10名	逆上がりの習得を目指すコースです。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、様々な練習方法にトライしてみよう! *逆上がりが習得できた場合、次の技にレベルアップして練習を行います。	◎2,600円 ◎2,800円	
跳び箱でいろんな跳び方にチャレンジ! (開脚・閉脚・台上前転など)	7/30(火) 8/13(火) 7/31(水)	13:00-13:50			跳び箱が苦手な子、もう少し上手に跳べるようになりたい子など、個々の年齢や技術レベルに合わせて練習します。(開脚跳び・閉脚跳び・台上前転)		
体操	7/31(水) 8/14(水)	10:00-10:50	年少~年長	10名	これから体操教室を始めたい子にお勧めのコースです。遊びも交えながら体操の基礎の動きを楽しく行い、マット・跳び箱・鉄棒の3種目を行います。 お子様だけで難しい場合は保護者の方と一緒に来て頂いて大丈夫です!	◎2,600円 ◎2,800円	
体操	7/30(火) 8/13(火) 8/1(木) 8/2(金)	14:30-15:20 10:00-10:50 14:30-15:20	年長~小6	10名	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! 空中逆上がりで友達の憧れの的に! 跳び箱たくさん跳んで自信満々! 「できた」が楽しい! 個々のレベルに合わせて練習を進めます。	◎2,600円 ◎2,800円	
やってみよう!	親子で体を動かしてみよう! 【親子参加】	7/30(火) 8/13(火)	2歳~年長	10組	身体を動かす楽しさを覚えよう! おうちでもできる「逆さになる」感覚つかみや、色々な動きを通して運動能力を伸ばしていきます。	◎4,000円 ◎5,000円	
やってみよう!	色々な補助を体験してみよう! 【親子参加】 (マット・鉄棒)	8/1(木)	年中~小4	6組	おうちでも安心して練習! 体操の先生がいつも行っている補助をお子さんと一緒に学ぶクラスです。これでバク転などの補助もできるようになるかも...	◎500円で1名追加可能	
やってみよう!	固まった体をほぐして少し動いてみよう! (ストレッチ・トレーニング)	8/2(金)	20歳以上	10名	普段のデスクワーク・家事等で体が固まっていませんか? 一緒に楽しくトレーニング・ストレッチを行うクラスです。体をほぐして、リラックス〜、トレーニングではみんなでいい汗をかきましょう!	◎3,000円 ◎3,500円	
縄跳び	はじめての縄跳び教室	8/2(金)	10:00-10:50	年中~小3	6名	縄跳びの基礎コースです。基本的な前跳び・後ろ跳びのやり方を基礎から行います。実践練習だけでなく跳び方のコツも分かりやすく説明し、日々の練習に生かすことも可能です! *縄跳びはご持参可、クラブでも貸出がございます。	◎2,600円 ◎2,800円
縄跳び	縄跳びで難しい技に挑戦! (あやとび・2重跳び・はやぶさなど)	8/2(金)	11:20-12:10	年長~小6	6名	縄跳びの応用コースです。もっと上手にできるようになりたい・やったことない技に挑戦してみたい方はぜひ! いろんな技を練習して技のコツをつかもう! 前跳びが20回以上跳べる方向け *縄跳びはご持参可、クラブでも貸出がございます。	
パーソナルレッスン	7/30(火)-31(水) 8/1(木) 8/13(火)-14(水)	16:00-17:00	無制限	1名	ご希望に合わせてマンツーマンで技の練習やトレーニングが可能です! 子どもの苦戦している技の克服や、大人のバク転挑戦、チアリーダーの子など、なんでもご相談ください! 体操スタッフがコツやポイントみっちり指導します!	10,000円	

レッスンの様子
ちょっとのぞき見!

色々な練習方法を
試してみよう!

ピタッと止まれば
かついい!!



逆上がり

逆立ち



逆立ち

側転



側転
ひざのばしてチャレンジ!

バク転



バク転

憧れのバク転にトライ!



跳び箱
きれいに跳び越えてみよう!