

「できた!」が心を強くする!

3/27(金)~

3/30(月)

Mizutori  
Sports Club

春の  
短期

体操教室

参加特典

定期クラス **無料体験クーポン** プレゼント!

さらに参加後の即入会で **初期費用 3,000円OFF!**

水鳥寿思 代表

アテネ五輪体操団体金メダリスト  
リオ・東京・パリ五輪体操男子日本代表監督

Mizutori Sports Club  
五反田studio

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



# SCHEDULE

## スケジュール

### 持ち物

動きやすい服装、飲み物、必要あれば汗拭きタオル  
\* なわとびクラスは縄跳びと内履きもご持参ください。

	3/27(金)	3/28(土)	3/29(日)	3/30(月)
10:00	10:00-10:50 幼児体操教室 新年少~新年長	10:00-10:50 憧れのバク転に チャレンジ! 新年長~新小6		10:00-10:50 はじめての新体操 新年中~新年長
11:00				
12:00	11:20-12:10 小学生体操教室 新小1~新小4	11:20-12:10 アクロバット レベルアップ! 新小1~新小6		11:20-12:10 ボールを使って 踊ってみよう! 新年中~新年長
13:00				
14:00	13:30-14:30 施設無料開放 全年齢対象		13:40-14:30 苦手は友だち! 跳び箱チャレンジ! 新年中~新小3	13:30-15:30 施設無料開放 全年齢対象
15:00	15:00-15:50 はじめてのなわとび教室 新年長~新小6		15:00-15:50 キミもきっとできる! 逆上がりチャレンジ! 新年中~新小4	
16:00				
17:00	16:20-17:10 二重跳び・色々な技に 挑戦! 新年長~新小6		16:20-17:10 目指せ! 逆立ち・側転マスター! 新年長~新小6	
18:00				

## CLASS

### クラス内容

コース	日程	時間	対象年齢	定員	内容	価格(税込)	
鉄棒 トランポリン	幼児体操教室	3/27(金)	10:00-10:50	新年少~新年長	14名	"鉄棒・トランポリン"の2種目を、それぞれのレベルに合わせて練習します。憧れの逆上がりに挑戦! トランポリンで高く跳んでみよう! 体操教室を検討の方や、身体を動かしたいお子さまにおすすめのコースです!	
鉄棒 トランポリン	小学生体操教室	3/27(金)	11:20-12:10	新小1~新小4	14名	"鉄棒・トランポリン"の2種目を、それぞれのレベルに合わせて練習します。運動が苦手でも大丈夫! トランポリンで高く大きく跳んでみよう! 鉄棒でクルッと逆上がりにも挑戦! それぞれのレベルに合わせて練習を進めるので安心です!	
マット	憧れのバク転にチャレンジ!	3/28(土)	10:00-10:50	新年長~新小6	14名	みんなが憧れるバク転にチャレンジするコースです! 初めて挑戦するお子さまや、段階的に練習したいお子さま向けに丁寧に指導します。安全に配慮しながら、一人ひとりのペースに合わせて練習を進めるので安心! バク転に挑戦して、自信と達成感を手に入れよう! <small>【追加料金】ブリッジ・壁倒立が一人で行えること</small>	
マット	目指せ! 逆立ち・側転マスター!	3/29(日)	16:20-17:10	新年長~新小6	14名	体操の基本となる、逆立ちやきれいに足の上があった側転ができるようにたくさん練習してみよう!	
マット	アクロバット レベルアップ!	3/28(土)	11:20-12:10	新小1~新小6	14名	バク転やロンダート〜バク転、ハングスプリングなど、それぞれ練習中のアクロバット技を集中的に練習するコースです! ※段階的な基礎練習は行わないため、アクロバットや体操が初めての方は別のコースをご検討ください。 <small>【追加料金】ロンダートが一人でできること</small>	
跳び箱	苦手は友だち! 跳び箱チャレンジ!	3/29(日)	13:40-14:30	新年中~新小3	14名	跳び箱が苦手な子、もっと上手に跳べるようになりたい子など、基本となる開脚跳びと台上前転を個々のレベルに合わせて練習します!	(全員様) 3,100円 (非全員様) 3,400円
鉄棒	キミもきっとできる! 逆上がりチャレンジ!	3/29(日)	15:00-15:50	新年中~新小4	14名	逆上がりが苦手な子、初めての子、もっと上手になりたい子など、それぞれのレベルに合わせて練習します! 逆上がりを習得した子は、空中逆上がりなど、さらに高度な技にステップアップして挑戦できます!	
新体操	はじめての新体操	3/30(月)	10:00-10:50	新年中~新年長	6名	柔軟、フープ、ボール、リボンを体験していただけます。新体操ってどんなことをするのか? と気になっている方は、ぜひこのクラスにご参加ください!	
新体操	ボールを使って 踊ってみよう!	3/30(月)	11:20-12:10	新年中~新年長	6名	音楽に合わせてボールを使って踊ってみよう! 初心者の方大歓迎です!	
縄跳び	はじめてのなわとび教室	3/27(金)	15:00-15:50	新年長~新小6	8名	なわとびが初めての子や苦手な子向けに、跳ぶ時のポイントの一つひとつ丁寧に説明しながら練習します! たくさん練習して、上手に跳べるように頑張ろう!	
縄跳び	二重跳び・色々な技に挑戦!	3/27(金)	16:20-17:10	新年長~新小6	8名	なわとびの応用コースです! 二重跳び、ハヤブサ技などに挑戦したい方はぜひご参加ください! さまざまな技を練習して、コツをつかんでみよう! <small>【追加料金】前跳び連続30回以上ができること</small>	
施設開放	施設無料開放	3/27(金) 3/30(月)	13:30-14:30 13:30-15:30	全年齢対象	混雑時 制限	エアトランポリン・跳び箱・鉄棒など、施設の器具を自由に使用することが可能です! ※混雑時は一時入場を制限させていただくことがあります。 ※ご利用時、施設利用同意書にご同意いただく必要があります。 ※施設開放中の事故や怪我については、当社は一切の責任を負いません。それに伴う保険請求等もご対応しかねます。	無料



### 短期教室 申込方法



#### ① 会員登録 / 当クラブのご利用が初めての方

マイページをお持ちでない方は、左のQRコード、またはHPから新規会員登録(無料)を行ってください。

#### ② 体験予約

マイページの「予約」からご希望施設、日時を選択し、短期・単発・イベントから体験予約にお進みください。

#### 短期教室参加特典適用条件

初期費用割引: ※短期教室参加の翌日23:59までの入会申し込みで、初期費用から3,000円引きとなります。※「紹介割」との併用が可能です。(「家族割」等その他の特典が適用される場合は、併用できません。※非会員様(スポット利用者)が対象となります。  
定期クラス体験無料クーポン: ※短期教室ご参加が条件となり、非会員様(スポット利用者)が対象となります ※クーポン有効期限2026年4月末(体験日は2026年4月末以降でも可能です)