Mizutori Sports Club

冬の短期教室

この冬、できた！の
笑顔を増やそう♪

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

クラス内容＆スケジュール

CLASS & SCHEDULE



コース		日程	時間	対象年齢	定員	内容
跳び箱 鉄棒	2歳半から参加可能！ リトル体操教室	12/24(木)	15:15-16:05	2歳半〜年少	6名	はじめての習い事にピッタリの体操教室！ 色々な器具を使って、遊びながら楽しく体を動かしてみよう！ お子様のはじめてのチャレンジ！をお待ちしております。
		12/27(日)	9:30-10:20		10名	
跳び箱 鉄棒	年少から年長まで！ キンダー体操教室	12/23(水)	15:15-16:05	年少〜年長	7名	跳び箱・鉄棒の2種目を、それぞれのレベルに合わせて練習します。 かっこいい逆上がりに挑戦！跳び箱を思い切り走って跳んでみよう！ 体操教室を検討中の方や、身体を動かしたいお子さまにおすすめのコースです！
跳び箱 鉄棒	小学校体育のレベルアップ！ ジュニア体操教室		16:20-17:10	小1〜小6		跳び箱・鉄棒の2種目を練習します！ 学校体育が苦手でも大丈夫！ 鉄棒でクルッと逆上がりもマスター！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！	12/23(水)	18:30-19:20	年長〜小6		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、1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！ 参加条件 ブリッジ・壁倒立が1人でできること
		12/27(日)	14:00-14:50		14名	
	アクロバット レベルアップ！	12/24(木)	18:30-19:20	小1〜小6	7名	色々なアクロバット技にチャレンジするコースです！ 普段はチャレンジできない難しい技にチャレンジしてアクロバットを楽しもう！ 参加条件 ロンダートが1人でできること
		12/27(日)	15:05-15:55		14名	
跳び箱	苦手は友だち！ 跳び箱チャレンジ！	12/24(木)	17:25-18:15	年中〜小4	7名	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、 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！
鉄棒	キミもきっとできる！ 逆上がりチャレンジ！	12/24(木)	16:20-17:10	年中〜小4		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！
ミニトラ	みんな大好き！ ミニトランポリン教室	12/23(水)	17:25-18:15	年長〜小6	8名	子どもたちに大人気のミニトランポリン！遊びを交えながら色んなジャンプにチャレンジ！ まずはトランポリンの上で跳ねる練習から始め、空中感覚を養っていきます。 ジャンプがマスターできた子は、飛び込み前転や前宙など高度な技にもチャレンジしていきます！
		12/27(日)	10:35-11:25		12名	
なわとび	前跳び・あや跳びに挑戦！	12/25(金)	15:15-16:05		8名	単縄跳びのポイントを一つ一つ丁寧に説明し、技が跳べるように練習します！ 学校では教わらない技も特別に教えちゃいます！沢山できるようになってお友達に自慢しよう！
	二重跳び・ いろいろな技に挑戦！		16:20-17:10			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！ 参加条件 前跳び連続が30回以上できる
かけっこ	みんなでスピードアップ！ かけっこ教室	12/26(土)	9:30-10:20	年中〜小1	12名	走り方の姿勢、腕振り、脚の動きを練習し、速く走ることを目指します！ どうすれば速く走れるかを実験を通して学び、考えながら練習することができます。 足を速くして、さまざまなスポーツで活躍しよう！
			10:35-11:25	小1〜小4		
大人	大人の バク転ワークショップ	12/25(金)	19:15-20:05	高1〜		大人向けのバク転チャレンジコースです。 段階練習から実践練習まで、補助付きで安全にバク転にチャレンジできます！ 一人ひとりのレベルに合わせて練習を行いますので、 バク転未経験の方や、久しぶりに運動する方も大歓迎です！
施設無料開放		12/27(日)	11:40-12:40	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！ ※ご利用時、施設利用同意書にご同意いただく必要がございます。 ※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。

※各クラスの予約状況により、開催を見送る場合がございます。



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をご持参ください。

参加費 〈会員〉3,100円 〈非会員〉3,400円









Official sponsors

オフィシャルスポンサー

KIS Kitty International School

あべの

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までの入会お申込みで、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2027年1月末（体験日は2027年1月末以降も可能です）