



お問合せはこちら

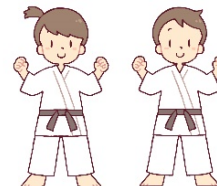


幼児～中学生のお子様をお持ちの保護者の方へ

大分まちなか

体操教室 空手教室

生徒募集！



お子様の運動教育にお悩みではありませんか？

「できない」を「できる」に！

「楽しく、真面目に、安全に」をモットーに、お子様の**運動能力**を引き出します。
少数限定で、動きのコツをわかりやすく指導します。
逆上がりや逆立ち、**マット運動**など体操の基本を習得し、**自信**をつけましょう！
定員は10名程度です。お申し込みはお早めに！！

心と身体を強くする！

強くなることが第一でなく、空手の稽古を通じて**礼儀作法**や**体の動かし方**を身につけるとともに、**基礎的な身体能力の向上**を目指します。
将来、**他のスポーツ**にも活かせる**身体**の土台づくりをします。

	曜日	時間	内容
体操	月	14:30-15:45	鉄棒、マット運動 動きづくりなど
	金	14:30~15:45	
		17:00~18:15	
	土	9:15~10:30	
		10:45~12:00	
		13:30~14:45	
空手	月	17:00-18:15	空手の基本的な稽古、受け身、動きづくり
	金	18:30~20:00	空手・柔道・寝技

運動の家庭教師

～運動が苦手な小学生～

	入会金	3,000円
1回	60分	5,800円
5回	60分×5回	25,800円

(料金は全て税抜表示)



入会金	3,000円	
週1回	4,800円	参加するクラスは原則固定していただきますが振替可能です。
週2回	6,500円	
週3回	8,000円	



運動・体育の家庭教師

個別orグループ



キッズ&ジュニア運動教室

動きの"コツ"教えます。



「できない」を「できる」に！！

個別指導の運動塾！

✓ 運動が苦手（逆上がり、縄跳び、かけっこ...）

✓ 人と一緒にやるのが苦手

悩み解消のお手伝いをさせていただきます！

あなたの子どもに合ったエクササイズを行います。

時間詳細はお問合せください！

部活の指導で充分ですか？

✓ ジュニアアスリートの障害防止

✓ パフォーマンス向上...etc

体幹トレーニングやSAQなど、アスリート用エクササイズを行います。すべてのスポーツに共通する基本的な動作技術を習得することで怪我を防止し、パフォーマンスアップを図ります。

安全に、上手く、強くなりたい選手、チーム、指導者へ。

運動の家庭教師

～運動が苦手な小学生～

	入会金	3,000円
1回	60分	5,800円
5回	60分×5回	25,800円

ジュニアパーソナル・グループレッスン

～障害防止とパフォーマンスアップ～

対象	時間	定員
小学生	日 13:30-15:00	8名
中学生		5名



申し込み・手続きについて

1 お申し込み

お電話またはWebからお申し込み下さい。

2 ご入金

現金又はクレジットカードでお支払い！

3 教室へ

楽しく体を動かしましょう！



お申し込み・お問い合わせ

お電話又はWebでお問い合わせください。

TEL : 097-578-7885

<http://oita-machinaka-kids.com>



場所：大分市中央町2-9-23

Workout&Fitness

PROTEIOS (3Fスタジオ)

国道197号沿

(アリストンホテル向かい)