

SPOSHIN Presents

夏休み短期体操教室

★Summer vacation short-term gymnastics class★

2025

開催日：2025年8月4日(月)～8月8日(金)

和歌山ビッグウエーブ2F サブアリーナ

6,000円(税込み)

2025年7月7日(月) 12:00～予約申し込み開始

鉄棒・とび箱
サーキット
(年少～年長)

☀ 9:00～9:50

- ☀ 鉄棒・とび箱のサーキット練習です。
- ☀ トランポリンや平均台なども設置するので初めてでも楽しく練習できます。

☀ 10:00～10:50

- ☀ 鉄棒が苦手でも身体の支持や前回り下りなど基本の練習から行います。
 - ☀ 最終目標は逆上がりです。
- ※原則、逆上がり以上の練習は行いません。

鉄棒(小学生)

とび箱(小学生)

☀ 11:00～11:50

- ☀ 助走やジャンプなど基本練習から行います。
- ☀ 高さを変えたり、閉脚飛びや台上前転などレベルに合わせて挑戦します。

申し込みは
こちらから

