

ジュニアカルチャーのご案内

体をはぐくむ 楽しく運動能力を伸ばしたい!

トランポリン教室
 講師：高津 裕美先生
 体験トランポリン指導歴20年で全国大会優勝に輝いた指導者による楽しいレッスン!
 体幹の強化やバランス感覚が向上します。また骨に直接刺激が加わることで丈夫な骨になります。
 (毎週)水曜日
 幼児/17:00~18:00
 小学生/18:00~19:00
 ■受講料3ヶ月(11回)7,018円/月



柔軟性を高めよう! チャレンジジュニア体操教室
 講師：体育指導歴30年
 小中学校体育教員 亀井 恵子
 子どもの発育に合った体操で、心身ともに健やかな成長をサポートします。目標をやり遂げた時の達成感は格別です。
 (毎月)第2・4土曜日
 A/小学生 9:30~10:30 C/幼児 10:45~11:45
 D/小学生 13:15~14:15
 ■受講料3ヶ月(6回)3,388円/月



心をはぐくむ 日本文化をじっくり学びたい!

こどものお茶教室(裏千家)
 講師：茶道裏千家淡交会
 元常任理事 池田宗弘
 お茶のいただき方から立て方、礼儀作法まで、美味しいお茶の魅力を学びながら、将来役立つ作法のいろはを学びます。
 対象：年長以上
 (毎月)第1・3土曜日 / 10:00~12:00
 ■受講料3ヶ月(6回)3,388円/月
 ■教材費(3ヶ月)/2,000円程度



~小刀護身道~スポーツチャンバラ
 講師：奈良県スポーツチャンバラ協会会長
 2004年世界大会グランドチャンピオン
 メインストラクター 藤田 彰宏
 武道、護身。力がなくても運動が苦手でも強くなる。2031年奈良県国体公開競技決定
 対象：小学生~大人
 (毎月)第2・4土曜日 14:00~15:00
 ■受講料3ヶ月(6回)4,235円/月



Bringup
 講師：高津 裕美先生
 体験トランポリン指導歴20年で全国大会優勝に輝いた指導者による楽しいレッスン!
 体験を踏えてスポーツの基礎を作ることはもちろん、目標に向かって前向きに頑張る力や人と向きあえる力なども身に付ける事ができます。
 (毎週)月・年長 / 15:30~16:30
 小学生1年生~ / 16:30~17:30
 ■受講料3ヶ月(11回)7,018円/月 ■定員 4名~
 ■受講料3ヶ月(6回)3,828円/月 ■定員 4名~



まずは楽しさから こども日本舞踊教室
 講師：公益社団法人 日本舞踊協会
 師範 藤間 遼子
 日本の伝統文化である日本舞踊を通して、礼儀作法や着物の着方、着付けなどを楽しみながら学ぶ教室です。
 対象：3才以上
 (毎月)第2・4日曜日 / 9:30~10:30
 ■受講料3ヶ月(6回)2,662円/月
 ■教材費カセットテープ代/200円程度



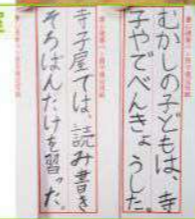
リズム感を身につけよう キッズフープダンス
 講師：Hoop company MAMI
 体幹を鍛えるのにオススメ!成長期のお子様の運動能力がグーンと上がります。
 対象：5歳~
 (毎月)第1・3土曜日
 A(初心者クラス)16:45~17:45
 B(小学生クラス)17:50~18:50
 C(中学生以上)19:30~20:30
 ■受講料3ヶ月(6回)3,388円/月



¥500体験会実施中!
 体験後ご入会の方には
体験料キャッシュバック!



~集中力を高め豊かな感性を磨く~ 子ども書道教室
 講師：安原 望佳 麗水会師範
 姿勢を正し、丁寧にバランス良く書くことはもちろん、文字を書く楽しさを感じてもらえたら幸いです。美しい文字は一生の宝物です。
 (毎月)第1・2・3木曜日 16:30~17:30
 ■受講料3ヶ月(9回)5,082円/月
 材料費必要に応じて500円程度
 ■定員 6~10名



2023 枚方スイミングスクール生駒校 生駒スポーツ&カルチャー

1~3月号 / KOCAL 期間:1/4(水)~3/31(金)

新料金に変わりました! ジム&プールが使える

いつでも会員

月々 **7,700円** 使い放題!

フィットネス会員ならプール・スタジオプログラムも参加無料!

- 疲労解消!体幹リフレッシュ ●体幹バランスヨガ
- ZUMBA ●やさしいヨガうるおいプラス
- 美メイクヨガコンディショニング ●うるおいヨガ
- 若返り筋再生レッスン ●ストレッチポール
- 腰痛肩こり予防スイミング ●ミラクルアクスブラッシュ

スイミング1回無料体験!

体験後入会すると **初期登録料 0円** (1/31(火)まで)

通常5,500円 + 指定用品セット **水着+キャップ** がもれなく貰えます!

ぽかぽかの温水プールでスイミングの楽しさを体感!

プール初心者のキミも! 泳ぎをマスターしたいキミも!

みんな生駒に集まれ!

NEW! 幼児チャレンジコース

お子さまに合わせて無理のないように少しずつ泳力向上を目指すクラスです。レッスン時間は通常よりも少し短めに設定しています。泳力進級テストは2ヶ月に1回実施します。

週1回 **4,950円!**

対象 満3歳~年長 ※1級合格の時点でBコースへの移動をお願いします。

曜日 毎週火曜日・木曜日

時間 15:00~15:40(30分泳指導)

定員 各20名

スイミングスクールのご案内 ※表示価格は税込です。

Bコース	Cコース	Dコース	土・日コース	チャップコース
対象 3歳~小学2年生	対象 幼稚園児~中学生	対象 小学1年生~中学生	対象 3歳~中学生	対象 2歳~4歳11ヶ月
曜日 月~金曜日	曜日 月~金曜日	曜日 月~金曜日	曜日 土曜日 8:30~9:30 / 9:30~10:30 / 10:30~11:30 / 14:30~15:30 / 15:30~16:30 / 16:30~17:30 / 日曜日 8:45~9:45 / 9:45~10:45	曜日 水曜日 14:30~15:30 / 土曜日 13:15~14:15
時間 15:40~16:30	時間 16:30~17:30	時間 17:30~18:30	料金 8,250円/週1回(月4回)	料金 7,480円/週1回(月4回)
料金 7,480円/週1回(月4回)	料金 8,250円/週1回(月4回)	料金 8,250円/週1回(月4回)		

学研CAIスクール StudyFun スタディファン

学研CAIスクールとは? 学研が展開する個別指導塾です。特徴としてオープンレイアウト形式(間仕切りのない教室)とコンピューター支援教育があります。個別での学習カリキュラムを設定し「学校の授業がよくわかる」をテーマに日々の授業を行っています。

学習時間 年長~6年生 [火水木金]16:00~19:00 [土]9:30~12:00・15:00~17:30 [火水木金]16:00~21:30 [土]19:30~12:00・15:00~17:30

料金例(税込) 小学校1~3年生 60分 週1回 算 or 国 **6,600円** ※その他料金プランがありますので、フロントにてご確認ください。

お試し授業ご参加受付中! 日時 火~金/16:00~21:30 土曜日/9:30~12:00 15:00~17:30 授業時間 60分

参加費 無料 教科 年長、小1.2 算国英/小3以上5教科 IKOMA SPORTS & CULTURE フロントにお電話でお申し込み頂くか、直接ご来館してお申し込みください。 TEL(0743)73-1234

あったかプールで **脂肪燃焼!**

スイミングプログラム参加無料!

月々 **6,050円** プールが使い放題!

暖かくて気持ちいい! 全身運動だから運動不足解消に最適!

カラダが温まる~ 水の浮力で腰や膝に負担なく運動ができます!

今なら!入会がおトク! 3/31(金)まで

初月月会費 通常7,700円 **0円** ※いつでも会員の場合

初期登録料 通常5,500円 **0円**

事務手数料 通常3,300円 **0円**

選べる! 先着30名様限り トートバッグ or ブランケット プレゼント! ※写真はイメージです。

フィットネスクラブ会員のご案内 学生割引 10%OFF(学生証の提示)

いつでもジム会員	プールフリー会員	いつでも会員
マシンジムだけ使いたい方 7,260円/月	プールだけを使いたい方 6,050円/月	プールとジムを使いたい方 7,700円/月
※表示価格は全て税込です。		
初回登録料 通常5,500円 0円	事務手数料 通常3,300円 0円	1ヵ月分の会費 0円
銀行またはゆうちょ銀行のキャッシュカードまたは通帳・届出印		
キャンペーンでのご入会後、3ヶ月間の継続が必要になります。それ以前に退会される場合は、初期登録料、事務手数料、割引会費との差額等ご清算が必要です。		

IKOMA SPORTS & CULTURE TEL(0743)73-1234

〒630-0213 生駒市東生駒1丁目556番8
 営業時間 平日 9:30~20:00(受付) 日祝 9:00~16:00(受付)

生駒スポーツ&カルチャー 検索 http://www.kikoh-sports.com

無料駐車場 **80台** 完備 ※掲載価格は全て税別表示

