

BGキッズ体操教室 (木曜日開催)

自分に合ったクラスから初め、マット運動・跳び箱・鉄棒等の練習や
バク転や前方転回(ハンドスプリング)も習得してみよう!!
体操が苦手な方でも、安心してご参加ください。みんなで楽しく体操しよう♪

日程 (木曜日)

10月3日、10日、17日、24日
11月7日、14日、21日、28日
12月12日、19日、26日

幸手市B&G海洋センター 体育館

参加費：全11回 6,600円/保険代含む
※自己都合による返金は出来ません。

持ち物 運動のできる服装、靴下(室内履き不要)、汗拭きタオル、飲料

講師

きくち まさみつ
菊池 正源

「身体を動かすことで、心身ともに健全な身体へ」
幼児期の体操運動は脳や心を育て、筋肉をはじめ全身の筋肉の発達に良いと
言われています。懸垂運動・跳躍運動・支持運動の3つの運動を軸に、
子供達の「できないを、できる!」ようにし「できないことができた」を目指します。

出身中学校
幸手市立西中学校

競技経歴
全日本学生新体操選手権4連覇
全日本新体操選手権3連覇

資格
子育て脳機能アドバイザー
幼児体育指導者検定2級
運動遊び実践アシスタント

パフォーマー経歴
映画「FLYING BODIES a Hiroyuki Nagano Nonfiction Film」出演
SASUKE2015 ファーストステージクリア
TUBE30thSummer感謝熱烈YEAR!!!他

クラス・参加対象・時間(50分間)・定員・内容

①幼児クラス(年中・年長) 16:00~17:00 15人

幼児期に重要な基礎運動「掴む・支える・跳ねる」といった簡単に出来る
動作から始めていきます♪
体操を楽しんでもらえるように、全身を使って遊びながら、
子供達の運動機能、柔軟性を伸ばしましょう!



②初級クラス(小学1年生~6年生) 17:00~18:00 15人

体操の基礎から学び、マット運動~鉄棒まで、さまざまな技を習得しよう!
・マット運動(前転・後転等の基礎的な技から入り、側転習得)
・跳び箱(開脚跳び8段習得)
・鉄棒(逆上がり習得)



③中・上級クラス(小学1年生~6年生/条件に該当する方) 18:00~19:00 15人

ハンドスプリング等、より高度な技の習得を目指そう!

★条件★

下記の条件が全てできること!

- ・マット運動(壁倒立・ブリッジ・側転が1人で綺麗にできること)
- ・跳び箱(開脚跳びが6段跳べること)
- ・鉄棒(肘を曲げた状態で10秒以上ぶら下がりができること)
- ・鉄棒(つばめから前回り降りができること)



主催：シンコースポーツ株式会社(幸手市B&G海洋センター) 後援：幸手市教育委員会

BGキッズ体操教室 参加申込書 (下記項目をご記入ください)			
申込日	令和 6 年 月 日		
クラス	クラス	ご希望のクラスに○をつけてね	
	①幼児クラス (年中・年長) /16:00~17:00		
	②初級クラス (小学1年生-6年生) /17:00~18:00		
	③中・上級クラス (小学1年生-6年生☆条件ができること) /18:00~19:00		
氏名	ふりがな	男	女
		幼児	小学生
		年中・年長	年生
住所	〒		
電話番号	緊急時に連絡のとれる番号を記入		
保護者氏名	ふりがな		
※参加者1人につき、申込書1枚にてお申込み下さい。			

申込み方法 B&G海洋センター受付窓口にて申込み ※申込時に教室参加費のお支払い

申込開始日

令和6年9月15日(日) 9時~(先着順)

※定員になり次第、幸手総合公園HPへ掲載します

※9/15のみ、玄関前のレーンへ順番にお並び下さい。

9時になりましたら並んでいる順番にて申込受付を開始します。

★バク転チャレンジへ申込の方も同じレーンにてお並びとなります。

お知らせ

BGキッズ体操教室、月曜日開催もございます♪

【注意事項】※下記の注意事項をお読みの上、ご署名をお願いいたします。

※医師により運動制限をされている方のご参加はご遠慮下さい。

※ご記入された個人情報等は事故緊急時及びお知らせ等のご連絡以外、使用いたしません。

※参加申し込み後、自己都合による返金は出来ません。

※体調は自己管理となります。不安のある方は医師の診断及び許可を得てからご参加下さい。

※主催者側で教室保険に加入しますが、万一の事故・怪我等については応急処置を除き、

責任を負いませんので十分注意して下さい。

※教室中、教室風景として写真を撮らせて頂き、広報誌やSNS等に掲載する場合があります。

令和 6 年 月 日
署名

主催：シンコースポーツ株式会社

後援：幸手市教育委員会

問合せ：幸手市B&G海洋センター

TEL：0480-48-0220

教室の様子やお知らせをチェックしてね♪

