

BGキッズ体操教室 (月曜日開催)

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 (月曜日)

1月6日、13日、20日、27日
2月3日、10日、17日、24日
3月3日、10日、17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1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 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12月8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

※12/8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。

★アクロバットクラス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、木曜日開催もございます♪(木曜日の申込は12/15~)

【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 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♪

