

# きみも3日で ヒーローだ!



初めての人も安心!

3日間で苦手な体操を楽しく克服する方法とは…



私の子供だから、体操が苦手と思いませんか?



そんなことはありません。生まれつきの才能などほとんど関係がないことは、多くの研究によって証明されています。それではなぜ苦手な子がいるのでしょうか?

それは、どうやったらできるかという方法を知らないからです。また、それを段階的に練習する方法もわかりません。そんな子供たちのために私たちは、ヒーロー教室をご用意しました。的確な補助と段階を踏んだ練習方法で、だれでも楽しく上達することができます。

そんなアルファの子供たちの中からオリンピック選手も生まれています。

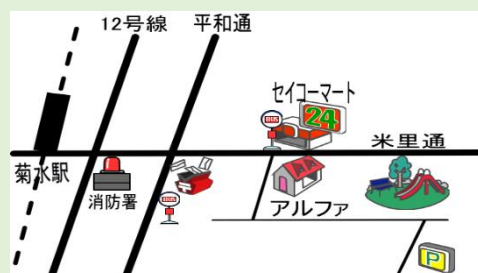
この機会に、皆様是非ヒーロー教室に、ご参加ください。

＝北海道で唯一オリンピックメダリストを輩出した＝

## 札幌アルファ体操クラブ

札幌市白石区菊水上町3条3丁目52-328  
(地下鉄菊水駅よりJRバス5分、札幌駅より中央バス15分)

電話 833-6616



ホームページ

裏に続きます⇒⇒⇒

## 《ヒーロー教室に参加されたお子様》のお母様たちの喜びの声です。

### 『小さな成功』

体操をできるようになりたいけど、やり方やコツがわからずあきらめていたところを、今回のヒーロー教室でもう少し頑張ればできそう！という気持ちになれたと思います。小さな成功が本人も楽しいと思えるようになったので参加してよかったです。ありがとうございました。  
(渡邊凌翔くんのお母様)

### 『体操楽しいよ』

体操と聞くと難しいと思うんですけど、体操というのは楽しいよ！！とおしえてくれ、楽しく時間を過ごせました。また、子供も初日は不安の表情でしたが先生の指導のとおり体を動かしていくと笑顔があふれていました。

(佐藤汐音ちゃんのお母様)

### 『早く行こう』

3日間お世話になりました。『楽しく学ぶ』ということをしていただき、本人も大満足で毎朝「早く行こう！」とワクワクしていたようです。本当にありがとうございました！なかでもトランポリンが大のお気に入りのようでした(笑)

(宮崎桜子ちゃんのお母様)

## 夏休みヒーロー教室コース帯

- ★のびのびコースは、鉄棒、とび箱、トランポリンを使って楽しく練習し、体操の楽しさを学びます。
- ★チャレンジコースは、鉄棒、とび箱、トランポリンで、個人の目標を設定して練習をします。
- ★バク転コースは、バク転のみの練習を行います。3日間でマットの上で一人でバク転が出来ることをめざします。最終日には習熟度テストを行い、結果をお渡しします。
- ★トランポリンコースは、ジャンプの基本から宙返りまで、楽しみながら上達を目指します。バランス感覚を養い脳の発達にも良いといわれています。

ご兄弟で参加の場合、二人目から 2980 円、一期から二期継続の場合も 2980 円  
定員は各クラス 10 名です。

### I 期：8 月 5 日（土）～7 日（月） 料金 3,500 円

| コース        | 種 目           | 対 象       | 時 間         |
|------------|---------------|-----------|-------------|
| のびのびコース 1  | 鉄棒、跳び箱、トランポリン | 3.5 才～6 才 | 9:00～9:45   |
| チャレンジコース 1 | 鉄棒、跳び箱、トランポリン | 小 1～小 4   |             |
| のびのびコース 2  | 鉄棒、跳び箱、トランポリン | 3.5 才～6 才 | 10:15～11:00 |
| チャレンジコース 2 | 鉄棒、跳び箱、トランポリン | 小 1～小 4   |             |

### II 期：8 月 9 日（水）～11 日（金） 料金 3,500 円

| コース        | 種 目           | 対 象         | 時 間         |
|------------|---------------|-------------|-------------|
| のびのびコース 3  | 鉄棒、跳び箱、トランポリン | 3.5 才～6 才   | 9:00～9:45   |
| チャレンジコース 3 | 鉄棒、跳び箱、トランポリン | 小 1～小 4     |             |
| バク転コース     | マット           | 倒立ブリッジができる人 | 10:15～11:00 |
| トランポリンコース  | トランポリン        | 小 1～小 6     |             |

ご予約は今すぐ…

お電話 011-833-6616 か

ホームページからご予約ください。

ホームページ

ご予約の確認後、入金方法は後ほどご連絡いたします。

ご納得いただく指導を提供させていただき、各コース定員になり次第締め切らせていただきます。