

忍野村フィットネスセンター カワイ体育教室



日程: 2025年11月8日～2026年3月28日 全15回

幼児クラス(年中/年長): 10:00～11:00

児童クラス(小1～5年): 11/8 のみ13:00～14:00、それ以降は11:15～12:15

月謝: 4950円

お申し込み方法

忍野村フィットネスセンター受付又は電話にて受付中

【お問い合わせ】 忍野村フィットネスセンター 指定管理者: シンコースポーツ株式会社
〒401-0511 山梨県南都留郡忍野村忍草1660-42

キリトリ

忍野村フィットネスセンター カワイ体育教室申込書

フリガナ		男 ・ 女
氏名		年中 ・ 年長
		1年 ・ 2年 ・ 3年 ・ 4年 ・ 5年
保護者氏名		
緊急連絡先	(携帯)	— —
住所	〒	

概 要

①指導の目安 ※6年生まで様々な種目を用意してあります。

指導：カワイ体育教室

種目	年中	年長	1年	2年	3年	4年	5年
マット	前回り 飛行機回り	前転 飛行機回り	後転・補助倒立 壁支持頭倒立	側転	開脚後転 倒立前転	倒立ブリッチ 連続側転	跳び前転 伸膝後転
跳び箱	蛙乗り 手つき横跳び	開脚とび	台上前転 (4段)	閉脚跳び (4段)	台上前転(5段) 閉脚跳び(5段)	下向横跳(5段) 開脚跳び(6段)	閉脚跳び(6段縦) 開脚跳び(6段縦)
鉄棒	足抜き 前回り	しり抜き 逆上がり	腕支持 スイング	前方支持回転 後方支持回転	連続逆上がり 膝掛振上がり	懸垂 逆上がり	連続前回り
なわ	回してジャンプ	前、後1・2跳 どちらも可	前回り (1跳び20回)	交差跳び あや跳び	後あや 2重跳び	後2重 はやぶさ	後はやぶさ 2重交差
ボール	たたいてとる	ボールつき 投上キャッチ	片足回し ボールつき	キャッチ ボール	挟み上げキャッチ バウンドリフティング	パレーつき	ネックストップ バッティング

②指導方法

各学年ごと1つ1つの動きを細かく指導し、次の学年・種目へとつなげていきます。

(1)後転の場合

	含まれる動き	必要なからだの動き(運動遊び)
後転	うしろに倒れる	笹舟(長座の姿勢から足を頭の後ろにつく)
	足をあげる	背支持倒立
	首をぬく	おへそを見る動き
	回転する	坂道後転 (踏切板などを用い、坂道で回転力を補助)

(2)逆上りの場合

	含まれる動き	必要なからだの動き(運動遊び)
逆上り	踏み切る	スキップ
	足を振り上げる	ボールキック、靴とばし (ボールを強くキックする)
	回転する	後転
	起き上がる	布団干し (鉄棒に体を掛けた状態から起き上がり)

(3)開脚跳びの場合

	含まれる動き	必要なからだの動き(運動遊び)
開脚跳び	踏み切る	長縄(入って跳ぶ動き)
	跳ぶ	ウサギジャンプ (両足ジャンプ)
	足を開く	カエルジャンプ (足を開いて平面を跳ぶ)
	手で支持する	手押し車

カワイが推奨する運動遊びとは？

- ★理解しやすく、子どもがすぐ表現できる
- ★種目につながる動きを遊びの中から体験させ

③入会の際の費用について

(月謝→毎月月初に忍野村フィットネスセンター受付で現金払い・教材費→担当講師にそれぞれお納め下さ

○幼児(年中～年長)

項目	価格	
月謝	¥4,950	(月々のお月謝)
教材(幼児縄)	¥594	
教材(中ボール)	¥1,232	
合計	¥6,776	

○児童(1年～5年)

項目	価格	
月謝	¥4,950	(月々のお月謝)
教材(児童縄)	¥704	
教材(中ボール)	¥1,232	
合計	¥6,886	

④【開催日】全15回

11月	8日、15日、22日、29日
12月	13日、20日
1月	10日、17日、24日、31日
2月	7日、14日、21日
3月	7日、14日 (予備日：28日)

⑤【持ち物】

- ・体操のできる服装(体操服)
- ・タオル・飲み物(蓋の付いたもの)
- ・室内シューズ(はだし可)

【注意事項】

- ・保護者の方は見学可能です。また小さいお子さまも一緒に見学いただけます。
- ・気象状況などにより変更や中止となる場合があります。
- ・申込はお電話予約または来館にて**先着順**となります。予めご了承ください。
- ・定員数に限りがございますので**お早目のご応募**をお願い申し上げます。
- ・キャンセルや欠席の場合、必ずご連絡お願い致します。

