2020 スケート教室

スケートを楽しみながら寒い冬と
コロナ禍を吹き飛ばそう！

バスは換気が万全なので大丈夫

コロナ禍の影響でどうしても部屋に閉じこもりがちです。万全の備えをして寒さとコロナを吹き飛ばしましょう。「子どもは風の子」です。冬スポーツの代表であるスケートを楽しみながら体力づくりと元気を取り戻しましょう。
今回は１回の参加人数を少なくし、リンクを広く使えるので色々な技術上達も目標にします。

長距離滑走をマスター

連続して５～10 周滑れる
体力と技術をつける

後方滑りをマスター

後方滑りができるとさらにスケートが楽しい

ストップをマスター

いつでもどこでも止まれると安全で楽しい

ターンをマスター

クルクルまわれると
スケートの楽しさ倍増

《西荻窪教室のコース》

Aコース：１月２４日（日）
延期日…1 月 31 日（日）

Bコース：２月２１日（日）
延期日…2 月 28 日（日）

※クラブ別に参加コースが異なっています。ご確認を！

前後の切り替え滑りをマスター

前から後ろ、後ろから前に切り替えられると楽しい

《 参 加 要 項 》

＊場 所　富士急ハイランド
＊対 象　年長以上（靴のサイズ 16 cm以上）
　　（会員・元会員・兄弟姉妹）
＊定 員　45 名（各コース定員にて締め切り）
＊費 用　14,500 円（税＋保険＋靴代込み）
＊交 通　往復貸切バス（8 時集合、5 時帰着予定）

※お申し込み完了後に、しおりを渡します。
※キャンセルの場合、所定の費用が必要です。
（延期の場合、不参加の方も同様です。）

《お申し込み方法》

・下記のメールまたは QR コードからお申し込みください。

①参加コース
②お名前
③生年月日
④学年と年令
⑤電話番号
⑥〒・住所
⑦運動靴のサイズ
⑧スケートの経験（有・無）
⑨延期の場合（参加・不参加）

・参加費用は、口座振込みでお願いします。
【振込先】 三菱ＵＦＪ銀行　三鷹支店
（普）0352089　まっく体操クラブ

からだと心づくりの まっく体操クラブ
西荻窪教室
お申し込み・お問い合わせ先
メール nishigym2@mactaiso.com
TEL　03-3301-3611