



# みらスポ

平野教室

## 土曜日 新規開講 記念キャンペーン

### みらスポとは? できた! 楽しい!

スムーズに体を動かすコーディネーション運動や、かけっこ・ボール・マット・縄跳びなどたくさんの運動を楽しく実施! 運動の基礎能力を高め、発達段階に応じたスポーツの技術を学ぶことで、ぐんぐん上達するから、運動が好きに、上手になる! 高学年・中学生に成長してもスポーツを楽しむ能力を育む運動スクールです。



### 開講前 / 無料体験会

《開催日》 4月1日(土)  
 《時間》 10:00~11:00  
 《対象》 小学生  
 ※キッズコース希望の方は開講後のクラス内体験をご利用ください。

#### 入会 キャンペーン

先着 /

10名様まで

カラダ  
楽しく動かそう!

#### 土曜入会者限定※

4月月会費

通常8800円(税抜)

0円

#### 特典

指定Tシャツ

通常2,000円(税抜)

プレゼント!



#### 体験日入会特典

なわとび

通常900円(税抜)

プレゼント!



※当キャンペーンは先着10名に限ります。※最低在籍期間の設定や退会による違約金はございません。※みらスポ退会後6か月を経過していない方はキャンペーンの対象外となります。※Tシャツのカラーは選ぶことはできません。※レッスン内容を確認いただいたからのご入会をお勧めしております。※体験会には是非ご参加ください。※木曜日クラスは2023年3月末で閉講し、4月より土曜日クラスを開講いたします。※なわとびプレゼントは体験日当日に入会を決めた方の特典となります。4月月会費無料の特典は土曜日への入会者のみとなります。

定員制  
お早め!

体験のWEB予約はこちらから▶  
 みらスポ 検索 またはQRコードで簡単アクセス



# 運動が“好き”になる!“上手”になる!



みらいつむぎ運動スクール

## みらスポ

### スペシャリストのコーチ



#### うさみコーチ 宇佐美 明子 (水曜日担当)

【スポーツ歴】 幼少期からバレーボール・体操・フェンシングなど様々なスポーツを経験し、高校では硬式テニスで中国大会出場。

【指導歴】 スポーツクラブにて10年以上体育指導に携わり、また、研修講師としてたくさんの店舗でコーチの育成にあたっておりました。

【指導方針】 座右の銘は“有志必成” 子どもたちが、やる気を持って取り組める様に、子どもたちそれぞれにあった個別指導で全力サポートします！



#### いわもとコーチ 岩本 絢香 (土曜日担当)

【スポーツ歴】 幼少期から体操教室に通い、現在はマラソン大会や富士登山などアクティブに活動しています。

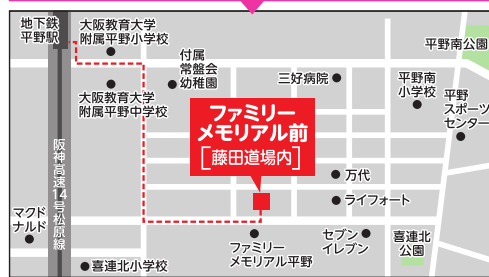
【指導歴】 スポーツクラブにて体育の指導を10年以上実施。研修講師として、たくさんの店舗でコーチ育成をしていました。

【指導方針】 「できる」「できない」だけではなく、過程に目を向けて指導しています。失敗と成功を積み重ねながら、焦らず一歩一歩踏み出せるよう、頑張る心を育てます。

### 実施場所・スケジュール

#### 平野教室

大阪市平野区流町4-5-16



コーチ	曜日	クラス	対象	時間
うさみ コーチ	水	キッズ	4歳～小学1年生	15:30～16:30
		ジュニア	小学生	16:35～17:50
いわもと コーチ	土	キッズ1	4歳～年長	10:20～11:20
		キッズ2	年長～2年生	11:25～12:25
		ジュニア	小学生	9:00～10:15

### 参加者保護者様の声

#### みらスポに早く行きたい!

運動があまり得意ではない息子が**運動が好き**になってもらいたいと思いみらスポに通い始めました。コーチに褒められたり、教わったことができると嬉しいようで、家に帰ってから家族に自慢し、早く行きたいとみらスポに通う日を楽しみにしています。これからも楽しく、優しく、時に厳しくご指導をお願いします。



はるひくん(4年中)

#### 子ども目線で分かりやすい!

スポーツの習い事を考えていましたがどれが娘にあっているかわからなかった為、スポーツのテクニクより先に**体を動かす楽しさやコツを身につけてほしい**と思い始めました。**子ども目線でとても分かりやすく説明、指導**して下さるのでとても**クラスの雰囲気**がよく、見学していて親が学ぶことも多いです。



たまきちゃん(1年生)

#### 体カテストがA判定に!

少人数制に惹かれてみらスポを始めました。兄は**体カテストではじめてA判定**に、弟は**縄跳び・マットで学校の友達から「すごい」**といわれるほど上達し、鉄棒の特別教室では、それまでできなかった**逆上がりができる**ようになりました。家に帰ってからも兄弟でみらスポの話をしながらお風呂に入っています。



こうたけいた兄弟

通常クラス 無料体験

参加料金 0円

通常クラスに体験参加することで、入会前に実際のレッスンの雰囲気を感じることができます。

#### 【入会時のお持物と準備いただきたいもの】

##### ①LINE登録

みらスポ公式LINEに登録いただき、必要事項を入力し、返信をお願いします。みらスポからの情報配信や、欠席、イベント参加等、LINEで連絡が可能です。

##### ②入会申し込み書

体験会時に配布する入会申込書の太枠内(4箇所)にご記入の上お持ちください。

##### ③口座振替依頼書

体験会時に配布した口座振替依頼書&届出印  
※記入例を参考に必要事項の記載いただき銀行印をお持ちください

##### ④指定Tシャツのサイズ

初回レッスン時に指定Tシャツをお渡します。  
サイズ(100cm～150cm)を事前に確認をお願いします。

##### ⑤書類内容の確認

体験会時に配布する要項・規約・約款・カレンダー等を初回レッスン日前に必ずご確認をお願いします。ご不明な点がございましたらご質問ください。

LINE 公式アカウント



株式会社 みらいつむぎLab URL: <https://miraspo.com>

平野教室 電話:090-5019-3439(岩本) メール: [miraspo.osaka@gmail.com](mailto:miraspo.osaka@gmail.com)

WEBで確認!

みらスポの詳細はこちらから▶

みらスポ 検索 またはQRコードで簡単アクセス



# みらスポの3つの特長

楽しい! できた!

## ① 運動が苦手な子でも大丈夫!

～たのしく体を動かそう～



みらスポではからだを楽しく動かす運動が盛りだくさん。楽しいから続く、続くからいつの間にかからだ動かせるようになります。

## ② 運動が上手になる みらスポ メソッド

～バランスよく運動しよう～



運動が上手になるためには「筋力」「基礎能力」「技術力」がとても大切。みらスポではこの3つをバランスよく練習していきます。

## ③ キッズ指導のスペシャリスト

～お子様にあった指導～



コーチは運動系・保育系の資格も持ったキッズ指導のスペシャリスト。状況を見極め、お子さまに合った、言葉がけと運動の提供を行います。

### コース・料金・場所・時間

入会金:5,000円+税 / スポーツ安全保険:800円(年間) / 指定Tシャツ:2,000円+税

### キッズコース



対象:4歳～ 時間:60分 月会費:7,200円+税

楽しく体を動かす事を目的とし、基礎能力向上運動などスポーツの基礎となる運動に加え、マット・かけっこ・ボール運動を実施します。

### ジュニアコース



対象:小学生 時間:75分 月会費:8,800円+税

スポーツの基礎となる基礎能力向上運動に加え、マット・かけっこ・ボール運動・縄跳びなど段階に応じたコツを習得し、上達を目指します。

### 短期教室



対象:4歳～ 参加費:会員価格にて募集

春・夏・冬休みには、鉄棒やマットを集中的に練習する短期教室を開催。通常クラスで身に付けた基礎力で逆上がりや、空中逆上りに挑戦!

### 運動内容

### 実施頻度・時間

	キッズ	ジュニア
✓コア・ジャンプトレーニング(筋力)	■ ■	■ ■ +
✓基礎能力向上運動(運動神経)	■ ■ ■ ■	■ ■ ■ ■
✓かけっこ	■ ■	■ ■ +
↳1速く走る 2球技系/方向転換		
✓ボール	■ ■	■ ■ +
↳1投げる・捕る 2弾むボール 3打つ・狙う 4二人組&チーム		
✓マット運動	■ ■	■ ■ +
✓縄跳び	■ ■	■ ■ +
✓ゲーム	■ ■	■ ■ +
✓鉄棒	短期教室にて実施	

### 基礎能力向上コーディネーション運動とは



コーディネーション運動とは状況を目や耳など五感で察知し、それをアタマで判断し、具体的にカラダを動かす、といった一連の過程をスムーズに行う能力を高める運動で、子どもたちが将来、サッカーやダンスなど本格的にスポーツを行う際の土台となる能力を育みます。みらスポでは『できた』『できない』だけでなく、『楽しく』実施することで、自然とからだを動かすことが楽しく、好きになることを目指します。

### レッスンの流れ

コース	開始	10分	25分	45分	55分	60分
キッズコース		準備体操 <b>コア・ジャンプ</b>	<b>基礎能力向上(15)</b> 運動の基礎・楽しく体を動かす コーディネーション運動	<b>技術の習得(20)</b> かけっこ・マット・ボール <u>上記から1か月1種目実施</u>	<b>縄跳び(10)</b> ゲームなど	まとめ 挨拶

コース	開始	15分	30分	55分	70分	75分
ジュニアコース		準備体操 <b>コア(体幹)ジャンプ</b>	<b>基礎能力向上(15)</b> 運動の基礎・楽しく体を動かす コーディネーション運動	<b>技術の習得(25)</b> かけっこ・マット・ボール <u>上記から1か月1種目実施</u>	<b>縄跳び(15)</b> ゲームなど	まとめ 挨拶

※準備体操・コア・ジャンプ・基礎能力向上運動は月替わりで実施 ※レッスンは年間42回実施 ※月の実施回数による会費の変更はありません