

# CUPS西宮北口 冬休みスペシャルWEEK

## 2025/12/25(木)～2026/1/6(火)

◆申し込み方法:参加されるコースに○をつけ各種講座数を確認の上、提出ください。



トランポリン80					
初めての方もご安心ください。色々な技を順番に、お子さまのレベルに合わせて丁寧に指導します。					
日程	記号	コース名	対象	時間	申込
12月25日(木)	TP25-1	跳び納め60	年中～小・中学生	16:15-17:15	
	TP25-2			17:30-18:30	
12月26日(金)	TP26-3	跳び納め60	年中～小・中学生	13:30-14:30	
	TP26-4			14:45-15:45	
12月27日(土)	TP27-1	楽しく跳ねよう!	年少～年長	8:30-9:20	
	TP27-3	跳び納め60	年中～小・中学生	11:20-12:20	
	TP27-5			15:15-16:15	
1月6日(火)	TP6-1	新年初跳び60	年中～小・中学生	10:15-11:15	

kodomoFit 体操80					
たくさん練習して自信をつけていきましょう!各日程で主に取り組む内容をあげています。苦手克服、得意を伸ばそう!					
日程	記号	コース名	対象	時間	申込
12月25日(木)	体25-1	跳び箱・ボール運動(開脚跳び)	年中～小学生	16:15-17:15	
	体25-2	鉄棒・マット		17:30-18:30	
12月26日(金)	体26-3	鉄棒・跳び箱	年中～小2	13:30-14:30	
	体26-4	鉄棒・跳び箱	小学生	14:45-15:45	
12月27日(土)	体27-1	サーキット運動/跳び箱	3歳～年少	8:25-9:20	
	体27-3	鉄棒・縄跳び	年中～小2	11:20-12:20	
	体27-5	鉄棒・マット		15:15-16:15	
1月6日(火)	体6-1	鉄棒・跳び箱	年中～小学生	11:30-12:30	

### たっぷり90 シリーズ

トランポリン・鉄棒・跳び箱・マット・ボール・縄跳びなどたっぷり90分 体を動かして冬の寒さを吹き飛ばそう!

トランポリン90					
日程	記号	コース名	対象	時間	申込
12月26日(金)	TP26-1	跳び納め たった90	年中～小・中学生	9:00-10:30	
	TP26-2			10:45-12:15	
12月27日(土)	TP27-2	跳び納め たった90	年中～小・中学生	9:35-11:05	
	TP27-4			13:30-15:00	

kodomoFit 体操90					
日程	記号	コース名	対象	時間	申込
12月26日(金)	体26-1	跳び箱・マット・ボール運動	年長～小学生	9:00-10:30	
	体26-2	鉄棒・跳び箱・ボール運動		10:45-12:15	
12月27日(土)	体27-2	跳び箱・マット・ボール運動	年長～小学生	9:35-11:05	
	体27-4	鉄棒・跳び箱・縄跳び		13:30-15:00	

英語×体操 Gym&English					
クリスマスに関連する単語を学びます。ビンゴや言葉探しなどを楽しみます。またGymタイムでは色々な運動に挑戦します!					
日程	記号	コース名	対象	時間	申込
12月27日(土)	G27-1	Christmas 親子	生後20～36ヶ月	8:30-9:20	
	G27-2	Christmas レッスン	3～5歳	9:30-10:25	
	G27-3	Christmas レッスン	5～7歳	10:40-11:40	



### ★クリスマス 特別レッスン120★

日程	記号	コース名	対象	時間	申込
12月25日(木)	C25-1	クリスマス特別レッスン	年中～小学生	14:00-16:00	

#### ★クリスマス特別レッスン120分★

この冬休みの一押し企画です!!

いつもとひと味違うレッスンの流れで、クリスマス进行として、体操、Geekids、トランポリン3種目を満喫しよう!最後はクリスマスビンゴで素敵な景品をゲットしよう!

<主な内容>

体操:バルクールサーキット

走る・跳ぶ・登るなどの移動する動作により、素早く体をコントロールし、身体能力を高め、体幹や筋力アップを目指します!

Geekids:クリスマスの大秘宝ー英語で謎解きゲーム。お楽しみに!

トランポリン:ルールを説明後、基本のジャンプや、初級の技へ中級・上級レベル(個人差あり)の跳び方を練習します。その後はチームに分かれて、コーチと一緒に団体戦ゲームを行います。チームワークを大切に頑張ろう!

最後は、クリスマスビンゴで今年最後の運試し!

素敵な景品をゲットしよう!

初めての合気道					
ちょっとした護身術を知っておくと有益です。基本から学びますので初心者の方も安心してご参加ください。					
日程	記号	コース名	対象	時間	申込
12月28日(日)	I28-1	護身術を学ぼう!	年長～小3	9:30-10:30	
	I28-2		小学生・大人	10:45-11:45	

パーソナル グループ トレーニング50					
個々のご希望にあわせて丁寧に指導いたします。苦手をなくして、運動が得意になれるように頑張しましょう!					
日程	記号	コース名	対象	時間	申込
学校体育の内容でお困りはありませんか? 日時は要相談 お気軽にご相談ください。					

### 冬休みイベント 申し込みについて

#### ①申込方法

CUPS生はこの申込用紙を記入の上、受付に提示、又は公式LINEアカウントより①お名前②学年・年齢③希望される種目の記号を送信ください。一般生はCUPS西宮北口HPからイベント詳細をご確認頂き、専用のWEB申込よりお申し込みください。

・講座は45～60分クラスのカテゴリと新たに90分クラスを設置しております。

・申し込み講座により、料金表が適用されますのでご確認ください。

・パーソナル&グループ、クリスマス特別レッスンは別料金となります。

#### ②参加費のお支払い

受講日初日に現金にて受付でお支払いください。複数講座を同時に申し込む場合、まとめて初日にお支払いください。割引制度が適用されます。

※学費お支払い後に講座追加をする場合、加算料金扱いになりませんので

ご注意ください。

※学費お支払い後に講座の変更、キャンセルなどありましたらご相談ください。



一般生はこちらからお申込みください

講座の種類	講座数
45-60分講座	講座
90分講座	講座
クリスマス特別	講座
パーソナル	講座
合計	講座
受付日	担当

### 2025年度 CUPS冬休みイベント料金表 (料金はすべて税込)

冬休みイベント		
講座数	CUPS生	一般生
1講座	2,000円	2,500円
2講座	3,500円	4,500円
3講座	5,000円	6,500円
以降	プラス1,500円	プラス2,000円
冬休みたっぷりトレトレーニング90		
講座数	CUPS生	一般生
1講座	3,000円	3,500円
2講座	5,500円	6,500円
3講座	8,000円	9,500円
4講座	10,000円	12,000円
以降	プラス2,000円	14,500円
クリスマス 特別レッスン120		
講座数	CUPS生	一般生
1講座	6,000円	7,500円
パーソナル グループ トレーニング50		
人数	CUPS生	一般生
1名	6,600円	7,600円
2名(1人)	4,000円	4,600円
3名(1人)	3,000円	3,600円

カテゴリー	CUPS生	一般生
フリガナ		
お子さまのお名前(漢字)		
学年・年齢	現在( )才 年少・年中・年長	
	1年生・2年生・3年生・4年生・5年生・6年生・( )	