

冬休み短期教室



ラグビー教室

対象：年少～小6

NEW

・完全初心者向けコース

お一人様
500
円

日にち	12/22(日)
講師	日本ラグビーフットボール協会公認B級コーチ
場所	グラウンド
持ち物	動きやすい服装・飲み物

.....スクールスケジュール.....

ラグビーをやってみたい!と思っている初心者対象のコースです。遊びを交えながらラグビーボールにふれ、ラグビーを体験してください。

	時間	対象	定員
①	9:30 ~ 10:30	年少～小3	各
②	10:45 ~ 12:00	小4～小6	30名

※各教室とはスクール時間が異なります。ご注意ください

・プロから学ぼうコース

お一人様
500
円

日にち	12/25(木)
講師	近鉄ライナーズ 現役コーチ
場所	グラウンド
持ち物	動きやすい服装・飲み物

.....スクールスケジュール.....

近鉄ライナーズの現役コーチによる直接指導です!プロ選手も大事にしてるラグビーの基本動作を教えてください。ルールが不安な初心者の方でも参加可能です。

	時間	対象	定員
①	9:00 ~ 9:50	年少～小2	各
②	10:00 ~ 10:50	小3～小4	20名
③	11:00 ~ 11:50	小5～小6	名



バスケット教室

対象：小1～小6

お一人様
500
円

日にち	12/24(火)・25(水)
講師	実業団 HOSバスケットボールチーム選手
場所	体育館Bコート
持ち物	動きやすい服装・室内シューズ・ボール(お持ちの方)・飲み物

.....スクールスケジュール.....

経験者育成コースあり

①では初心者対象にバスケットボールの基本の動作を練習します。
②では基礎のレベルアップの練習を行いさらに上達を目指します。
③ではより実践向きの練習を行います。

	時間	内容	対象	定員
①	9:00 ~ 9:50	初心者限定	小1～小6	各
②	10:00 ~ 10:50	スキルアップ ドリブル・パス・シュート		20名
③	11:00 ~ 11:50	スキルアップ 1on1強化		名



たいそう教室

対象：年少～小6

お一人様
500
円

日にち	12/24(火)・25(水)
講師	HOS専属コーチ
場所	多目的室
持ち物	動きやすい服装・室内シューズ・飲み物

.....スクールスケジュール.....

運動が苦手なお子さんでも身体をうまくコントロールできれば苦手は楽しく変わるはず!鉄棒・マット・とび箱を中心に年齢にわけて学びます。

	時間	対象	定員
①	9:00 ~ 9:50	小1～小2	各
②	10:00 ~ 10:50	年少～年長	8名
③	11:00 ~ 11:50	小3～小6	名

HOS 生駒北スポーツセンター

〒630-0101奈良県生駒市高山町166-2

— お問合せ・ご予約 —
0743-85-6606

●営業時間 9:00～17:15

HOS 生駒北スポーツセンター

検索

●その他にもイベントあります。

冬休み短期教室

サッカー教室

対象: 年中～小6

お一人様 500円

日にち 12/24④・25④

講師 HOS専属コーチ

場所 グラウンド又は野球場

持ち物 動きやすい服装・ボール(お持ちの方) 飲み物

……スクールスケジュール……

①②実践向けのドリブルやシュートの練習を行いさらに上達を目指します。
③ではボールの扱いやドリブルの仕方等の基本プレイを学びます。

①	時間	内容	対象	定員
①	9:00～9:50	スモールショップ ドリブル	小1～小6	各 20名
②	10:00～10:50	スモールショップ シュート		各 20名
③	11:00～11:50	キッズコース	年中～年長	10名

かけっこ教室

対象: 年中～小6

お一人様 500円

日にち 12/25④

講師 HOS専属コーチ

場所 グラウンド

持ち物 動きやすい服装・飲み物

……スクールスケジュール……

腕の振り方や足の運び方等、はやく走れるようになるコツをまなびます。学年毎に距離を変えて計測も予定しています。
※計測は参加人数によっては実施できない場合あり

①	時間	対象	定員
①	9:00～9:50	小3～小6	各 10名
②	10:00～10:50	年中～年長	10名
③	11:00～11:50	小1～小2	各 10名

キャッチボール教室

対象: 小1～小6

NEW お一人様 500円

日にち 12/24④

講師 HOS専属コーチ

場所 野球場

持ち物 動きやすい服装・グローブ(お持ちの方) 飲み物

無料貸出しグローブ有(要予約)

……スクールスケジュール……

テニスボールや軟式野球ボール等を使っての初學者向けキャッチボール教室です。野球の要素の「投げる」のコツをまなびます。

①	時間	対象	定員
①	9:00～9:50	小1～小6	各 8名
②	10:00～10:50		8名
③	11:00～11:50		各 8名

テニス教室

対象: 年中～小6

お一人様 500円

日にち 12/24④・25④

講師 HOS専属コーチ

場所 テニスコートB

持ち物 動きやすい服装・ラケット(お持ちの方) 飲み物

無料貸出しラケット有(要予約)

……スクールスケジュール……

まったく初めてでも大丈夫! テニスボールで遊ぶことから始めてラケットの握り方・使い方を学んだら基本のショットの練習を行います。

①	時間	対象	定員
①	9:00～9:50	年中～年長	6名
②	10:00～10:50	小3～小6	各 8名
③	11:00～11:50	小1～小2	8名

バドミントン教室

対象: 小1～小6

お一人様 500円

日にち 12/25④

講師 YAMATO 奈良 選手

場所 体育館Aコート

持ち物 動きやすい服装・室内シューズ ラケット(お持ちの方)・飲み物

無料貸出しラケット有(要予約)

……スクールスケジュール……

経験者育成コースあり

①②ではラケットの持ち方や使い方をまなんだら基本のショットを練習します。
③では基礎打ちのできる経験者を対象にシャトルのコントロール技術を高めレベルアップをめざします。

①	時間	対象	定員
①	9:00～9:50	小3～小6	各 8名
②	10:00～10:50	小1～小2	8名
③	11:00～11:50	経験者 小3～小6	各 8名

宿題もHOSで冬休みお助け隊 習字教室開催

講師がお手本作成し冬休みの宿題をお手伝いします。

12/25④

お一人様 500円

……内容……

- お手本作成
- 練習用半紙又は書初め用八つ切り半紙20枚

※上記以外の用紙の種類の届出は用紙をご持参下さい。

……持ち物……

- よごれても良い服装
- 習字道具・課題文字

※お申し込み時に課題をお伝えください

①	時間	対象	定員
①	9:00～9:50	小1～小6	各 8名
②	10:00～10:50		8名
③	11:00～11:50		各 8名