

個別教室 水泳 体育



新しいスポーツクラブの利用の仕方

「個別教室」ってどんな教室？

*「個別教室」とは、少人数(2名まで)の教室で、個人の要望にあわせ指導をいたします。

*ご要望に合わせた練習内容でより早く目標達成できるようサポートする教室です。

*OSK会員の方、一般の方も受講することができ、OSK会員の方にとっては、

集団スクール(本科コース)と組み合わせたご利用方法ができ、また一般の方には、

集団スクールとは違う形態での運動を習いたい方や、期間限定(長期休暇のみ等)で

集中的に技術習得を図りたいというお子さまに最適です。



まずはお気軽にお問い合わせください

OSK スポーツクラブ岡山

〒700-0028 岡山県岡山市北区絵図町 1-50

☎(086)252-3111

OSK スポーツクラブ藤原

〒703-8248 岡山県岡山市中区さい 84-1

☎(086)271-1711

OSK スポーツクラブ総社

〒719-1156 岡山県総社市門田 381

☎(0866) 94-0888

OSK 西バイパスこども館

〒700-0951 岡山市北区田中 625-6

HP : <http://www.osk21.co.jp>

☎(086)242-2425



見学について

- 見学：施設見学はいつでも受付しております。
個別教室ご見学については、お問合せのうえお越しください。

持ち物

【水泳】 水着・キャップ(ゴーグル)、タオル、
個別教室会員ファイル

【体育】 動きやすい服装(上下)
※シューズは必要ありません
個別教室会員ファイル

キャンセルの規定について

- 受講料は、申込時にご入金ください。
- 登録後の年会費のご返金はいたしかねます。
- ご予約後、日程変更をご希望の場合、有効期限内にて振替のお申込みをしてください。
(コーチの希望がある場合は担当コーチが異なることをご了承ください)

OSK スポーツクラブの「個別教室」のイメージ

「個別教室」では、コーチ1人に対して、生徒は2人まで！
少人数で、しっかりサポートいたします。



それぞれのお子さまの目標や課題に対し個別の練習メニューと、
お子さまのやる気を高め目標達成へサポートいたします！

水泳個別教室の内容

①～④のクラスに分かれて、個別指導いたします

初級コース (カエル級～15級)

泳ぎの基礎を習いたい！
プールが苦手・・・顔つけができない・・・。
そんなお子さまは、まず初級者コースをお選びください。

《初級》 ※はじめてのお子さま・顔つけができる

- ① 4～7歳クラス
- ② 8歳以上クラス

中上級コース (14級～上級)

4泳法(クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ)を
習いたい！速く泳げるようになりたい！
そんなお子さまは、中上級者コースをお選びください。

《中・上級》

- ③ 4～7歳クラス
- ④ 8歳以上クラス

《中級》…顔をつけてバタ足ができるお子さま(14級～7級)

《上級》…クロール・平泳ぎで50m以上泳げるお子さま(6級以上)

体育個別教室の内容

各種目(鉄棒・跳び箱・マット)クラスに分かれて、
個別指導いたします

鉄棒コース

鉄棒コースでは、安全な鉄棒の持ち方・鉄棒にぶら下がる感覚・
身体の引き寄せ方のコツを知り
逆上がりや、後ろまわり、前まわり、フット降りなど、ご要望に
あわせて指導いたします。

跳び箱コース

跳び箱コースでは、助走の仕方、ロイター板の踏み方、手のつき方、
腕で支持して体重移動するコツなどを知り、目標の段を跳ぶコツ
や、その他のご要望にあわせて指導いたします。

マットコース

マットコースでは、腕で身体を支えて上手にまわったり、倒立での
身体の締めかた、回転系(側転・ロンダート・バク転)などに
挑戦したいお子さまに必要な練習をご提案・指導いたします。

「個別教室」の指導担当について

- ご希望の内容・日程にあわせて、担当のコーチを決定し、
ご案内させていただきます。
- コーチの性別についてのご希望がございましたら、ご相談ください。
- ご予約いただいた日程をキャンセル・変更された場合※は、
担当のコーチを再設定させていただきます。

※お客さまのご都合(体調不良など)で指導が振替になった場合。

※台風などの悪天候で、クラブにお越しいただけない場合や、自然災害・設備
に問題が生じた場合など、スクール開催ができなくなった場合など。

お申し込み方法・料金について

●年会費：540円(税込)

※年会費は最終受講：初回練習日から1年間有効です。

●受講料

コース	回数	有効期限	水泳(45分)	体育(30分)
4回コース	全4回	1か月以内	15,120円	12,960円
8回コース	全8回	2か月以内	30,240円	25,920円
12回コース	全12回	3か月以内	45,360円	38,880円
追加練習	1回ごと	申込コースの期限内	3,780円	3,240円

※全て税込

●お申し込み方法

- 申込用紙にご記入の上、フロントにてお申込みください。
- 指導料は前払い制となります。(申込時に入金をお願いします)
- 同時に複数コースを受講することも可能です。
例)1か月で8回指導を受けたい場合は「4回コース」を
2コースお申込みください。
- 有効期限内で、お客様のご要望の日程をお申込みください。
例)5/1.3.5.7で4回など、短期間集中での受講も受け付けいたします。
- 開催日程などについては、フロントにてご確認ください。

●募集方法

- 個別教室の開催枠をクラブにてご提示いたしております。
- 各開催枠が、定員になり次第受付を終了させていただきます。

●兄弟割引システム

『兄弟割引』は、兄弟で個別教室へお申込みの方を対象に、

2人目以降の受講者の指導料金を20%OFFとさせていただきます。

※兄弟とは：家計を共にする、同一住所の兄弟で、兄弟割引の対象となるのは、
指導料です。(年会費は割引の対象となりません)

※兄弟割引の対象となるのは、ご兄弟が「個別教室」会員登録有効期限内に、
もう一人のお子さまが「個別教室」に申込する場合です。