

# 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。

## お申込み方法・料金について

●年会費：550 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<br>コース  | 全 4 回  | 1 か月<br>以内    | 15,400 円 | 13,200 円 |
| 8 回<br>コース  | 全 8 回  | 2 か月<br>以内    | 30,800 円 | 26,400 円 |
| 12 回<br>コース | 全 12 回 | 3 か月<br>以内    | 46,200 円 | 39,600 円 |
| 追加<br>練習    | 1 回ごと  | 申込コースの<br>期限内 | 3,850 円  | 3,300 円  |

※全て税込

●お申込み方法

- 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。