

練習コース



あすなろ体操くらぶ

自主性を重視し、練習メニューを自主的に練習できる姿勢を育成する。体操選手に必要な身体能力作り、基本的な技術の習得、全国大会やジュニア挑戦に必要な競技力の習熟に重点を置くと共に、礼節を重んじ、心技体のバランスのとれた体操競技選手としての資質を高める。

なかよし体操クラブ

なかよしコース

バランスや空中感覚などの感覚の養成や、基本的な体操技術の習得と、技術習得時の喜びを体験させることを目的とし、体操競技というものを体験させる。

育成コース

体操競技の技術習得の難しさ、競技としての厳しさ、技術習得時の楽しさ等を経験させ、心技体のバランスのとれた体操競技選手を育成することを目的とし、自分で目標を持ち、目標に向かって自主的に練習できる姿勢を育成する。



場所

横浜市戸塚区汲沢 1-16-1 東汲沢小学校

コミュニティーハウス内

連絡先

Tel.: 045-862-2015

Hp: <http://www.angc.jp>

eMail: taisou@angc.jp

あすなろ体操くらぶ なかよし体操クラブ

お子様の素質を伸ばす体操クラブをお探しなら、あすなろ体操くらぶ・なかよし体操クラブへ！！
一度体験してください！！



お子様の身体能力・運動感覚に合わせたきめ細やかな指導を心掛け、お子様の限りない潜在能力を最大限に伸ばします。

無料体験教室実施中！！

指導者・スタッフ募集中

クラブ紹介



お子様の潜在能力を最大限に引き出すために、一人一人の身体能力・運動感覚に合った指導を行います。さかあがりやとび箱が跳べないお子様も、将来体操競技の選手として活躍したいというトップアスリートを目指したいというお子様も大歓迎です。

なかよし体操クラブは、横浜市戸塚区の地域の子供たちに少しでも「体操競技の素晴らしさを知ってもらおう」「地域に根付いた体操クラブを作ろう」という思いから、平成3年に横浜市立東汲沢小学校コミュニティーハウス内にボランティアクラブとして誕生しました。地域スポーツ活動の活性化、健全な青少年の育成に少しでも貢献できると信じて活動しています。

子供は誰でも限りない可能性を秘めています。運動が苦手なお子様であっても、そのお子様の能力に合った指導を行えば必ず伸びるものです。学校教育で敬遠されつつある体操競技は、お子様の運動能力の育成には最高のスポーツです。

運動能力の向上・体操競技の経験を目的とした「なかよし体操クラブ」と体操競技選手の育成を目的とした「あすなる体操くらぶ」に分かれて指導を行っています。

クラブの特徴

特徴1

一人一人の身体能力・運動感覚に合わせた指導

同じことを練習しても修得度は個人の身体能力・運動感覚によって異なります。お子様の修得度をその都度確認しながら練習を進めていきます。

特徴2

運動感覚の養成から指導

技が出来ない理由は、技に対する感覚が分からないことが大きな要因です。色々な運動形態を体験させることによって運動感覚を養成し、感覚的な技術習得を目指します。

特徴3

選手育成のための心・技・体の総合指導

あすなる体操くらぶでは、選手育成のための精神面・技術面・身体能力面の総合力を指導します。技術的指導だけでなく、選手としての礼儀、心構えについても重点的に指導します。



年間行事

1年間の主な行事予定

- 4月 新年度の練習開始
- 7月 強化練習・強化合宿
- 8月 なかよしキャンプ
- 9月 なかよし体操クラブ演技発表会開催
県小中学生種目別体操競技大会出場
- 11月 県小学生体操競技大会
(全国予選) 出場
- 12月 森の里体操競技大会出場
- 1月 なかよし杯体操競技大会開催
- 3月 県小中学生体操競技大会出場

