

サッポロ メグ.アールジー クラブ
札幌 MEG.RG クラブ

私達は子供達の
 未知の力を引き出すお手伝いをします。

M	mind	精神、知性
E	effort	努力
G	gallantry	勇気
R	rhythmic	新体操
G	gymnastics	

札幌MEG.RGクラブは、華やかで美しい動きが魅力の新体操を通じて、身体を動かす楽しさやおもしろさを伝えます。きめ細かな指導でひとりひとりの可能性を引き出し、身体的・精神的・知性を育成します。また、全国的に活躍できる選手の育成も目的としています。

新体操はリボンやボールなど5つの手具を使い、音楽に合わせて楽しく身体を動かすことにより、リズム感を養うことができます。また遊び感覚で身体を動かしていくうちに、身体の可動範囲が広がり柔軟性が付いてきます。特に神経系の発達は幼児期に著しく成長し、この時期の「達成感」や「ほめられ体験」が大切であり、それが「やる気」につながり自主性がめばえるようになっていきます。

MEG.RGでは年に一度、新体操演技発表会を行います。作品を覚え演じる中で、友達と協力し合うことやねばり強く頑張る大切さを学ぶことができ、挨拶や片づけなど基本的なマナーも身に付けることができます。

札幌MEG.RGクラブは心身ともに健全な成長を目指しています。

いちもんじ めぐみ
 代表 一文字 恵美

タイムスケジュール

月	火	水	木	金	土
15:00	15:00~15:50 ティンカーベルコース (年少・年中・年長)		15:00~15:50 ティンカーベルコース (年少・年中・年長)		9:30~10:20 ティンカーベルコース (年少・年中・年長)
16:00	15:50~16:50 アリスBコース (小学1~3年生)	15:30~16:30 トライアウトレッスン (小学1~3年生)	15:50~16:50 アリスBコース (小学1~3年生)	15:50~16:50 アリスBコース (小学1~3年生)	10:20~11:20 アリスBコース (小学1~3年生)
17:00	16:50~18:00 アリスAコース (小学3年生以上)	16:30~18:00 アリエルBAコース (中・上級)	16:50~18:00 アリスAコース (小学3年生以上)	16:50~17:20 パレエレッスン (アリエルコース)	11:20~12:30 アリスAコース (小学3年生以上)
18:00	18:00~18:30 パレエレッスン (ジャスミン、シンデレラコース)	18:00~21:00 ジゼルコース (スーパー上級)	18:00~21:00 ジャスミンBコース (育成コース)	18:20~18:50 パレエレッスン (ジゼルコース)	12:30~14:30 アリエルBAコース (中・上級)
19:00	18:30~21:00 ジャスミンBコース (育成コース)		18:50~21:00 ジャスミンAコース (育成コース)	18:50~21:00 シンデレラコース (選手コース)	14:30~17:50 ジゼルコース (スーパー上級)
20:00	ジャスミンAコース (育成コース)		シンデレラコース (選手コース)		14:30~18:30 ジャスミンBコース (育成コース)
21:00	シンデレラコース (選手コース)				14:30~18:30 ジャスミンAコース (育成コース)
					16:00 シンデレラコース (選手コース)



コース名	対象年齢	時間	定員	時間帯	月会費	レッスン内容
ティンカーベル B	4・5歳(年中・小)	50分	16名	火・木 15:00~15:50 土 9:30~10:20	週1 6600円 週2 9350円	音楽に合わせて、身体を動かす事により、リズム感を養います。身体全体の調和的発達には幼児期に大切です。
ティンカーベル A	5・6歳(年長)	50分	16名	火・木 15:00~15:50 土 9:30~10:20	週1 6600円 週2 9350円	新体操の基本を学び、楽しく身体を動かしながら、身体の姿勢や美しさを養うことができます。
アリス B (初級・中級クラス)	小1~小3	60分	16名	火・木・金 15:50~16:50 土 10:20~11:20	週1 6930円 週2 9900円	新体操の手具基本操作をさらに向上させ、専門的技術を学びます。※アリス週1以上、またはアリエルコース以上の方で追加のレッスンになります。
アリス A (初級・中級クラス)	小3~中3	70分	16名	火・木 16:50~18:00 土 11:20~12:30	週1 3300円 週2 5500円	新体操の技術的な事を段階的に指導します。上級以上のクラスになります。
※トライアウトレッスン	小1~中3	60分	20名	月 16:00~17:00 火 17:00~18:00 水 15:30~16:30	週4 21450円	ジャスミンコースを目指す特別コース。大会出場も可能です。※パレエレッスン必須(料金含む)金曜日
アリエル B・A (中級・上級クラス)	小2~中3	90分~	20名	水 16:30~18:00 金 16:50~18:20 土 12:30~14:30	週4 23100円	新体操の専門的技術を学び、個人演技を創作し大会出場を目指します。(合宿、各種大会出場)※パレエレッスン必須(料金含む)
ジゼル (スーパー上級クラス)	小3~中3	180分~	20名	月 18:00~21:00 水 18:00~21:00 金 14:30~17:50	週4 880円~	スーパー上級コース以上でご希望に応じて、個人レッスンを行います。
ジャスミン A B (育成コース) シンデレラ (選手コース)	小3~中3 小3~高3	180分~	15名	月 18:00~21:00 火 18:00~21:00 木 18:00~21:00 土 14:30~18:30		
プライベートレッスン	ジゼルコース以上	30分				

《入会手続き》※全ての料金は消費税込みの料金となっています。

入会金	6600円
年会費 (保険料込み)	4400円
光熱費 (11月~4月)	月謝の12%

※上記時間は変更する場合があります。ご了承ください。

- ★ 新入会の方のみ購入準備期間、新体操手具は当クラブにてお貸しいたします。尚、手具は各自購入していただきます。当クラブにて販売しております。
- ★ レッソンの服装は、当クラブ指定のレオタードとTシャツの着用となります。
- ★ スーパー上級/育成/選手コースは、指定のユニホームと大会用レオタード、認定手具・競技会音楽が必要となります。

◆特徴◆
 いろいろな動きを通してバランス感覚(運動センス)が養われ、それが運動神経の大きな基礎となります。

◆特徴◆
 高度な技術や豊かな表現力を学ぶことにより、感受性を開花させます。スポーツに必要なとされる忍耐や闘争心が養われます。

