

2018年度 入会案内



スポーツを
たのしもう!



ジョイスportsクラブは
全部マ3カ所!



未就園児、成人ジム、成人トランポリンの方は必要ありません。長袖、長ズボンが必要な方のみ購入してください。

Tシャツ (綿)	2,160 (120cm~130cm)	2,468 (140cm~)
Tシャツ (ポリエステル)	2,345 (120cm~150cm)	2,665 (55~)
ハーフパンツ	3,291 (110cm~150cm)	3,600 (55~)
長袖	5,313 (110cm~150cm)	5,658 (55~)
長ズボン	3,986 (110cm~150cm)	4,371 (55~)

各種行事

遠足・・・春・冬それぞれアスレチックやバスツアー等へ行きます
 サマーミニキャンプ・・・年長以上のお友達が対象の1泊お泊り会です
 クリスマス会 (白百合)・・・楽しい体づくりゲームで盛り上がります
 合宿・・・ステップアップコース対象のレベルアップを目指す合宿です
 短期体操教室・・・春、夏、冬休みに短期の体操教室を行います
 各種大会・・・トランポリンコース、器械体操コース、ステップアップコースの各レベルに応じて様々な大会に出場します

白百合ジョイスportsクラブ

総合体育コース

マット・跳び箱・鉄棒の技術運動と、はちまき・ボール・フープ・縄跳び等の手具を使った体力作り運動の2本立てで行います。各年齢に必要な技術や体力を楽しい雰囲気の中で養って行く事がねらいです。

陸上コース

春～秋は運動会を目指して短距離走、秋～冬はマラソン大会等を目指して長距離走を実施します。クール毎の募集となり、年会費はかかりません。

トランポリンコース

全てのスポーツの基礎となるバランス感覚を高める事が出来ます。

器械体操コース

器械体操の基本であるマット運動・鉄棒を中心に技術運動を行います。技術の習得に必要な柔軟性を養い、筋力強化もしていきます。週2回以上の練習が望ましいコースです。

ステップアップブレコース

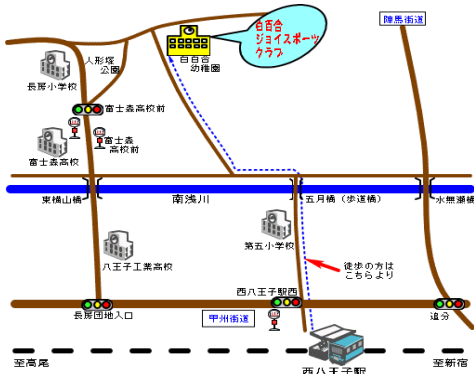
ステップアップB以上を目指し、床・鉄棒の強化と、平均台・鞍馬の基礎の習得を目指します。(週3回以上6回まで)

コース	練習日	時間	
総合体育	年少	月・火・水・金 14:20~15:10	
	年中	月・火・金 15:30~16:20	
	年中長	月・火・水・金	14:20~15:10
		水	15:30~16:20
		土	11:30~12:20
	年長~小2	金	15:30~16:20
		月・火	16:00~16:50
	年長~小3	月・金	16:30~17:20
		水	15:30~16:20
		土	10:30~11:20
トランポリン	火	16:30~17:20	
	土	11:30~12:20	
器械体操	月・火・金	17:00~18:30	
	水	16:30~18:00	
	土	13:30~15:00	
ステップアップブレ	月・火・水・金	17:30~19:30	
陸上 (クール毎募集)	土	15:30~16:30	

白百合ジョイスportsクラブ会費一覧
 消費税8%・傷害保険100円含む

コース	回数/週				
	1回	2回	3回	4回	5回
※ 総合体育 トランポリン	6,040	7,660	8,200	8,740	9,280
器械体操		9,820	10,900	11,980	13,060
ステップアップブレ			15,760	16,840	17,920
※+器械体操2回	13,600			入会金(入会時)	3,240
※+器械体操3回	14,680			年会費(入会月)	3,240
※+ステップアップブレ3回	19,540				

〒193-0824 八王子市長房町75
 JR中央線「西八王子駅」より徒歩15分
 西東京バス「富士森高校經由長房団地」
 または「富士森高校經由城山手」行
 「富士森高校前」下車徒歩3分



白百合幼稚園内ホール

お問合せ・入会のお申込み
TEL042-703-5523 (代)
 電話受付時間
 平日/10:00~18:00土・日曜/16:00
 ホームページ <http://www.joysports.com>
 その他
 Facebook・LINEもやってます!



コース	練習日	時間	
総合体育	未就園児 2歳～	火・水・木・金 10:30～11:20 日 11:30～12:20 月～金 15:30～16:20	
	年少	土 10:30～11:20 日 11:30～12:20	
		年中長	火・水・木・金 15:30～16:20 水・木 16:30～17:20 土 11:30～12:20 日 10:30～11:20
	小学生		火・金 16:30～17:20 月・木 17:00～17:50 木 18:00～18:50 土・日 10:30～11:20
			年少～年長
		小学生	
			育成
	トランポリン	年中長	
		小学生	月・木 15:30～16:20 火・水・木・金 16:30～17:20 土 11:30～12:20 日 13:30～14:20
			育成
選手			
器械体操	土・日 13:30～15:00		
タンピング	日 13:30～14:20		
成人ジム	土 11:30～12:30		
成人トランポリン	火・金 10:30～11:30		
スペシャル	土 16:00～17:00		

コース	練習日	時間
総合体育	年中長	月 16:30～17:20 月 15:30～16:20 15:30～16:20 16:30～17:20
	小学生	水 17:00～18:30
	器械体操	月～金 17:00～18:30
ステップアップ	月～金	17:30～19:30
	土	13:30～15:30
ステップアップA	月～金	17:30～21:00
	土・日(女子)	15:00～18:30
ステップアップB	土(男子)	16:00～19:30
	月～金	17:30～20:30
ステップアップB	土・日(女子)	15:00～18:00
	土(男子)	16:00～19:00
成人ジム	木	10:30～11:30
筋肉のケア&シェイプ	水・木	15:40～16:10
タンピング	火・金	16:30～17:20
一般開放	土・日	10:00～14:00

総合体育コース
マット・跳び箱・鉄棒の技術運動と、はちまき・ボール・フープ・縄跳び等の用具を使った体力作り運動の二本立てで行います。各年齢に必要な技術や体力を楽しい雰囲気の中で養って行く事がおないます。

タンピングコース
タンピングを練習するコースです。チアアクションと連携し、タンピングの基本からチアリーディングに必要な指導も行っていきます。他の競技も大歓迎!

器械体操コース
器械体操の基本であるマット運動・鉄棒を中心に技術運動を行います。技術の習得に必要な柔軟性を養い、筋力強化もしていきます。週2回以上の練習が望ましいコースです。

トランポリンコース
全てのスポーツの基礎となるバランス感覚を高める事が出来ます。

成人ジムコース
年齢に合わせてストレッチや器具を使用した体力作りをします。鉄棒・跳び箱・マットを各月毎に行い、必ず最後にトランポリンを行います。

ステップアップBコース
ステップアップB以上を目指し、床・鉄棒の強化と、平均台・鞍馬の基礎の習得を目指します。(週3回以上6回まで)

新体操コース(7月よりOPEN)
新体操の基本が身につく、幼児、小学生のコースから、新体操育成コースまで幅広く指導致します。

成人トランポリン(チケット制)
日常では得られない空中感覚を楽しみましょう。運動量も有り、体幹も鍛えられます。

ステップアップA・Bコース
器械体操を専門に行うコースです。専門性を高めるために、技術と体力の強化を図ります。器械体操の基本が出来ている事が条件です。

筋肉のケア&シェイプコース(チケット制)
硬くなった筋肉に弾力を取り戻し、姿勢改善や引き締めを目的とした教室です。激しい動きはありませんので、運動が苦手な方にもおすすめです。入会金不要、18歳以上の方が対象です。

よちよちプレイスペース
ハイハイから3歳までのお子様対象で体育館の一部を開放します。指導等は行わず、保護者の方付き添いでお願致します。予約不要・1家族100円
開放予定日はホームページをご覧ください!→

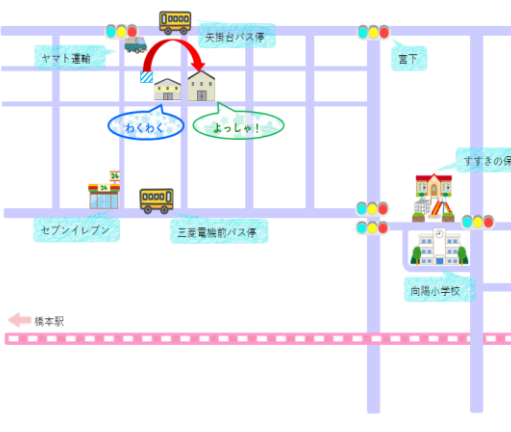
一般開放
よっしゃ!を開放しています。予約不要、一時間500円で利用できます。
開放予定日はホームページをご覧ください!→



送迎バスあり!

バス協力金
週1回 月 500円
週2回 月 800円
週3回 月 1,000円
以降 200円追加

わくわく
〒252-0212 相模原市中央区宮下3-6-25
よっしゃ!
〒252-0212 相模原市中央区宮下2-21-10
JR横濱線「相模原駅」より徒歩20分
京王相模原線「多摩境駅」より徒歩15分



ジョイスポーツクラブ相模原

ジョイスポーツクラブ相模原会費一覧 ※消費税8%・傷害保険1000円含む

コース	回数/週					冷暖房費 冷房7～8月 暖房11～3月	
	1回	2回	3回	4回	5回		
* 総合体育 トランポリン タンピング	6,580	8,740	9,820	10,900	11,980	200	
			9,820	10,900	11,980		300
			13,060	15,760	16,840		
成人ジム	4,960	7,120					
入会金(入会時)	3,240		ステップアップA	22,780	1,000		
年会費(入会月)			ステップアップB	21,700			
成人トランポリン (チケット)	1回	5回綴り	11回綴り	筋肉のケア&シェイプ (チケット)	1回	6回綴り	11回綴り
	1,300	6,000	13,000		500	2,500	4,500
	*+器械体操2回		14,140		*+器械体操3回		15,220
							20,080