

# S R C C U P 直前 強化練習会

＼自信をつけてSRC Cupに出よう！／

SRC CUPに向けて、こんなことおもいませんか??

できないわざをたくさん練習したいな… 演技がおぼえられないな…  
わざのポイントがわからないな… 先生からアドバイスがほしいな…

## ★強化練習会のポイント★

### むずかしい技を集中練習！

むずかしい技は何回も練習が必要で  
す。いつもは少ししかできない技を  
何回も繰り返すことで、  
できないことをできるように、  
さらにきれいなアップを目指しま  
す！

### 時間と種目を選べる！

例えば・・・  
マット1時間、鉄棒30分、  
跳び箱30分など自由に種目と  
時間が選択できます！  
自分に合わせて練習ができます！



### 1人1人に合わせてできる！

1人1人できること、できないことがち  
がいます。  
じっくり演技の練習もオッケー！  
技を極めるのもオッケー！  
1人1人に合わせてアドバイスします！

## まるっと 解決プログラム

### 2時間の長い練習！

いつもより長い時間練習することで、  
「あと少しでできそうだったの…」  
「もっと練習したかった…」  
を解消します。

### 先生と相談できる！

自由練習といわれても何をしたらいいか  
わからないよ…。大丈夫です!!!  
一緒に課題を見つけ、時間配分や種目を  
考えて、濃い2時間にします！

## 詳細

### 日程

1/28(日)10:30~12:30 上級クラス(定員30名)  
2/18(日) 8:30~10:30 児童クラス(定員20名)  
2/18(日) 11:00~13:00 上級クラス(定員30名)

### 参加方法

予約フォームから  
ご希望の日付をお選び下さい！  
1月21日(日)19:00~申込開始になります。

### 料金

1回 3,500円(料金は当日、直接スタッフにお渡しください)

予約フォーム→

※観覧にお越しの際はできるだけ徒歩または自転車をお願いいたします。  
駐車場に空きがない場合には有料パーキングのご利用をお願いいたします。

<https://airrsv.net/src/calendar>

