

自己目標の
達成に向けて

Challenge!!
チャレンジ!!

お問い合わせ
TEL&FAX 055-939-1700

info@spowell-ac.com

AC アスリートクラブ 小学4年生～一般

JC ジュニアクラブ 小学生1～6年生



AC アスリートクラブ 小学4年生～一般

- 特別なマシンによる認知動作型トレーニング
- 年齢、成長段階に合わせたトレーニング
- 県陸協への登録・各種競技会への参加
- スポーツ用品（指定メーカー）割引価格で購入可能

ACでは、どんなトレーニングをするの？

どのスポーツの基本にもなる走ること（陸上競技）を中心としたクラブです。最大の特徴として「インドアトレーニング」と「アウトドアトレーニング」の融合により、運動能力の向上、パフォーマンスアップを狙います。ただ単に足が速くなること・遠くへ跳ぶこと・遠くへ投げることを目指すのではなく、運動の基礎・基本をしっかりと積み重ね、自分の体を思い通り操ることができるようにトレーニングを重ねていきます。

JCでは、どんなトレーニングをするの？

この時期の子ども達は、練習をすればするだけ伸びていきます。毎日のようにハードな練習をすれば、びっくりするほど記録も伸びます。しかし、当教室ではそれは行いません。運動の基礎基本となることをしっかりと身に付け、無理なく運動を楽しんでできるようにプログラムを組み立てていきます。そうすることにより、運動能力は自然と向上していきます！「運動をすることが楽しい！」と思えるような練習を提供していきます！無限の可能性を伸ばしてみませんか？

AC 沼津

■対象／小学4年生～一般 ■人数／定員40人程度

月会費 11,000円 事務費・保険料等が別途必要になります。

練習場所 愛鷹広域公園多目的競技場
近隣小・中・高等学校
スポウエル健身塾 etc...

練習 アウトドアトレーニング

■年間90回
月曜日／17:00～19:00
土曜日／14:00～16:00

インドアトレーニング

■月4回
※各自都合のよい日時で
（ジムのマシントレーニング）
スポウエル健身塾サントムーン柿田川店
でのマシントレーニング、ACメンバーだけの
スペシャルメニューでのトレーニングです！

AC 富士

■対象／小学4年生～一般 ■人数／定員40人程度

月会費 11,000円 事務費・保険料等が別途必要になります。

練習場所 富士市総合運動公園
静岡県富士見高等学校など

練習 Bコース【アウトドアトレーニングのみ】

月会費 9,900円 事務費・保険料等が別途必要になります。

練習 アウトドアトレーニング（A・Bコース共通）

■年間90回
水曜日／17:00～19:00
日曜日／9:30～11:30

インドアトレーニング（Aコースのみ）

■月4回
※各自都合のよい日時で予約可能
スポウエル健身塾サントムーン柿田川店
でのマシントレーニング、ACメンバーだけの
スペシャルメニューでのトレーニングです！

JC ジュニアクラブ 小学生1～6年生

- 年齢、成長段階に合わせた無理のないトレーニング
- 何のスポーツにも結び付く、「走り」が身につきます！
- 運動が苦手な子供も楽しめます！
- スポーツ用品（指定メーカー）割引価格で購入可能

JC 沼津

■対象／小学生1～6年生 ■人数／定員30人程度

月会費 6,000円 事務費・保険料等が別途必要になります。

練習場所 愛鷹広域公園多目的競技場及びその周辺
トレーニングルームなど

練習 ■年間44回
金曜日／17:30～19:00

JC 富士

■対象／小学生1～6年生 ■人数／定員30人程度

月会費 6,000円 事務費・保険料等が別途必要になります。

練習場所 富士市総合運動公園
富士南小体育館
近隣小・中・高等学校など

練習 ■年間44回
木曜日／17:30～19:00



Spowell Athlete Club

NPO法人 スポウエルアスリートクラブ

〒410-0101 沼津市多比 331

info@spowell-ac.com

お問い合わせ
TEL&FAX 055-939-1700

spowell-ac.com

スポウエルアスリートクラブ 検索

