

ジム・ネット体操教室



ジム・ネットは 2006 年の設立以来、体操を通して健康で活力ある地域の未来に貢献したいと願い、活動を続けています。

2024 年度 新規会員入会申し込み受付を3月1日から開始します！



体操で育てよう、鍛えよう！「こころ」と「からだ」



ジム・ネット体操教室では、元トップアスリートの専任のコーチが豊富な経験や専門的な指導力を活かした質の高い指導に取り組んでいます。

募集クラスのご案内

運動苦手でも大丈夫！まずは無料体験を！

チャレンジクラス（年長児・小学生・中学生）

マット・跳び箱・鉄棒の運動をメインに、いろいろな技の習得を目標に練習します。器械体操の基本を正しくしっかりと学んで、一つ一つ技が出来るようになる面白さや、自分の演技を作る体験をすることを目的としたクラスです。ジム・ネットのトランポリンなども使って楽しく練習します。“ジム・ネットカップ”や“ビギナーズ体操大会”といった初心者向けの発表の場も用意されています。選手クラスへの移行も可能です。

エンジョイクラス（小学生）

ジム・ネット体操教室の施設を最大限に使い、基本的に自由に体をいっぱい動かすクラスです。皆で同じことをするのではなく、その子の個性や考えが活かせるように配慮し、マット・とび箱・鉄棒、トランポリン等を使ってやりたいことにチャレンジして子どもたちが体を動かす楽しさ、新しい事が出来た喜びを感じられることを目的としたクラスです。

キッズクラス（4歳児～年長児）

総合的な運動能力の発達向上を目指します。全てのスポーツの基礎になる多彩な内容で運動の楽しさや気持ち良さを体験できます。鬼ごっこなどの走る運動、トランポリン・マット・跳び箱・鉄棒などの器械体操系の運動、縄跳びやボールなどの手具を使った運動、幼児向けのコーディネーショントレーニングなど多様な運動がプログラムに組み込まれています。一緒に練習する仲間やコーチとの関わりを通して、挨拶やコミュニケーションなども学べるチャンスです。

ひよこクラス（2～3歳児親子）

2～3歳児を対象にした1セット8回（8週間）の運動遊びのクラスです。保護者と一緒に参加していただきます。年間3セットの開催を予定しています。1回目、春のクラスは5月8日から開始予定です。



無料体験いつでもOK!

入会申し込み・お問い合わせ

E-mail npo-gymnet@cpost.plala.or.jp

または 0261-85-0446

ジム・ネット体操場

〒398-0001 長野県大町市平 7792-9

県内トップクラスの体操専用の練習施設です！



埋め込み型のトランポリン！奥にあるのはプールのようなウレタンチップのピット！

長さ13メートルのタンブリングトラック（長い廊下のようなトランポリンです）



男女体操競技の公式大会で使用される公認器具がそろっています

ジム・ネット体操教室選手クラス

ジュニア選手の夢に向かった挑戦を応援します

選手育成にも力を入れて17年の積み重ねの結果、選手クラスのメンバーは県大会はじめ、北信越大会、全国大会においても多数の上位入賞を果たし、3名の日本代表選手を輩出しました。ジム・ネット体操教室は2028年に長野県で開催予定の国民スポーツ大会に向けての競技力向上重点強化クラブ指定を受け、選手の発掘、育成、強化に取り組んでいます。



ジム・ネット体操教室の3つの選手クラス

☆選手としての第一歩を始める・・・選手育成クラス

☆学業や体操以外の趣味・習い事などと両立しながら中高の部活同等の練習や大会参加ができる・・・選手Bクラス

☆体操を生活の中心に据え、全国大会での活躍を目指して週6日練習をする・・・選手Aクラス

ジム・ネット体操教室には県内トップの練習環境が整っています。皆さんのチャレンジを待っています！