

月曜日	火曜日	木曜日	金曜日	土曜日		日曜日
余語先生	足立先生	足立先生	足立先生	足立先生	山田先生	足立先生
 カンガルークラス 16:00～16:45 	キッズ・ジュニア 16:30～17:30 アクロ入門 17:45～18:45 競技トランポリン 選手・育成 19:00～20:30 中学生～大人 20:45～21:45	鉄棒・跳び箱 エンジョイキッズ 16:00～17:00 みんなと レインボーで会えるの を楽しみにしてるよ! 	鉄棒・跳び箱 エンジョイキッズ 16:30～17:15 バッジ級・アクロ 17:30～18:30 バック転・宙返り 19:00～20:30 ダンディー＆マダム 20:45～21:45	ひよこトランポリン (1歳～3歳) 9:30～10:00 キッズ・リトル 10:15～11:15 バック転・宙返り 11:30～12:40(70分) 11:30～13:00(90分) 鉄棒・跳び箱 エンジョイキッズ 14:15～15:45	わくわくキッズ・ジュニア 16:30～17:30 キッズ・ジュニア 17:45～18:30 チャレンジ 18:40～19:40 	マット・トランポリン 10:00～11:00 トランポリン 選手 11:10～13:10 
レインボーでは安全で世界大会などで使用されているユーロトランポリン、体操器具（NGC：跳び箱・マット類）を使用しています。 新型コロナウイルス感染拡大防止の為、レインボーでは体育館の窓を開放しての換気や定期的な器具等の消毒を行うなど、対策を講じて参ります。会員の皆様におかれましても、練習に参加される際は必ずマスクを着用していただくとともに練習前後の手洗い・体温測定にご協力をお願いいたします。						

体操大好き♪ トランポリン大好き♪

手洗い・うがい・検温をします。新型コロナウイルス感染予防のため、必ずマスクを着用してください。乾燥対策・脱水予防のため、水分（お茶・お水など）を持ってくるください。

