

この冬HOSでアスリートデビュー!

HOS
ジュニアスクール
2020年

冬の体験会

12/13(日)
11/31(日)

◎各教室の詳細スケジュールは裏面をご覧ください。



スイミング



体操



テニス



フットサル



バスケットボール



英会話



ロボット



バレエ



ストリートダンス

感染予防の観点から
WEB受付のみとさせていただきます。
※WEB申込ができない方はお問い合わせください。

小阪 花園
両施設ともに

WEB申込受付 12/4(金) 10:00から 体験日前日まで

※WEB申し込み後、体験日当日にご入金ください。

新型コロナウイルス対応について

HOSでは、従業員および施設の衛生管理を徹底しております。

■お客様へお願い

- 来館時のマスク着用
- 更衣室内での長時間の会話の自粛
- 体調に異変がある場合の施設利用の自粛
(体調に異変があると判断した場合は退館をお願いすることもあります。)

■スタッフの勤務体制

- 出勤前の検温、体調チェック
- 勤務中のマスク着用
※種目によって対応が異なる場合がございます

HOSでは、ご利用される皆様がより安心してご利用いただく為、これらの館内感染防止策強化並びに一部運営オペレーションの変更などを実施しております。施設のご利用に関しては「密集」「密接」「密閉」の3つの「密」が重ならないように注意を払うとともに、手洗い・うがいの徹底など感染対策を進めてまいります。



指導スタッフのマスク着用



検温実施の徹底



各エリアの徹底消毒



各エリアの徹底消毒



更衣室内アルコール設置・ロッカー利用台数制限



フロント窓口飛沫予防



非常ドア開放



排煙窓開放

新規開講

陸上教室

日時 2021年 1/10・1/17・1/24・1/31 (日) 14:00~18:00(全4回)
場所 小阪フットサル アウトドアコート
対象者 各対象年齢のクラスで参加可
※現HOS会員様でない方も参加可能
料金 6,000円(税込)(4日間)
少人数クラス:10,000円(税込)(4日間)
※小雨決行・荒天中止
定員 年少~年長クラス:20名
小1~小3:20名
小4~小6(小人数クラス):10名



ご予約はこちら



※ご入金をもって予約完了となります。
入金期限は予約申込時のメールに記載しております。

スクール内容 ※内容は変更の可能性があります

年少~年長クラス 14:00~15:00(1時間)

1回目(1/10)	30m走の測定と運動遊び
2回目(1/17)	簡単な動き作りとジャンプトレーニング
3回目(1/24)	ボール運びリレーなどで走姿勢の練習
4回目(1/31)	スタート練習と30m走測定で総まとめ

小1~小3クラス 15:15~16:15(1時間)

1回目(1/10)	30m走の測定と動き作り指導
2回目(1/17)	ジャンプ系トレーニングを用いた身体の使い方
3回目(1/24)	ボール走やタオル走で「正しい走姿勢」の練習
4回目(1/31)	スタート練習と30m走測定で総まとめ

小4~小6 小人数クラス 16:30~18:00(1時間半)

1回目(1/10)	30m走の測定と「W-UP-C-DOWN」について
2回目(1/17)	様々なジャンプメニュー等を用いた身体の使い方
3回目(1/24)	腕無し走・リレー練習を用いた走姿勢の練習
4回目(1/31)	スタート練習と30m走測定(フィジカル講座も含む)

花園ラグビー場でラグビー教室も開催中!

お問い合わせは 072-961-3668



HOS 小阪ジュニアスクール 〒577-0803 東大阪市下小阪2-11-7

お問い合わせ ☎06-6722-8010

各施設は ☎06-6722-8005

月~土曜 10:00~19:00 日曜 10:00~16:00

2020年冬の体験会WEB申し込み
各施設のホームページ内からお申し込みいただけます。
▶12/4(金)10:00~開始



HOSジュニアポータル 検索



HOS 花園スタジアム 〒578-0924 東大阪市吉田4-2-16

お問い合わせ ☎072-964-8005

10:00~20:00 ※水曜は16:00~21:00

2020年冬の体験会WEB申し込み
各施設のホームページ内からお申し込みいただけます。
▶12/4(金)10:00~開始



HOS花園 検索



株式会社東大阪スタジアムは、一層の飛躍と事業拡大を図るべく、2020年8月1日をもって、社名を「HOS株式会社」に変更いたしました。