

さんびる  
アカデミー

保存版

さんびるアカデミー卓球塾

無料体験  
実施中!!

# 生徒大募集!

卓球は気軽に始められる  
今大人気のスポーツです♪  
何か運動を始めたい方、  
集中力を向上させたい方、大歓迎です!



## キッズ初心者教室

(年長～小学6年生)

## 小・中学生教室

## 一般卓球教室

### キッズ初心者教室 (年長～小学6年生)

コース名	月回数	時間	月謝
週1コース	4回	水・木	6,000円
週2コース	8回	17:00～18:30	10,500円
週3コース	12回	土・日	13,000円
週4コース	16回	10:30～12:00	15,000円

### 小・中学生卓球教室

コース名	月回数	時間	月謝
週1回コース	4回	月・水・木・金	7,000円
週2回コース	8回	19:00～21:00	12,000円
週3回コース	12回	土	14,000円
週4回コース	16回	16:00～18:00	16,500円
週5回コース	20回		18,500円

### 一般卓球教室

コース名	月回数	時間	月謝
水曜日コース	4回	13:30～15:30	7,500円
木曜日コース	4回	13:30～15:30	7,500円
初心者コース	4回	14:30～15:30	5,500円

上記曜日から希望曜日を選んでください

## コーチ紹介

### 今林 浩喜コーチ

- 国体 準優勝1回、第3位1回
- 全日本選手権 (30代の部) 第3位
- 日本スポーツ協会 公認卓球コーチ



### 石塚 美和子コーチ

- 国体 優勝
- 全日本選手権 (高校生以下の部) シングルス 優勝
- インターハイ ダブルス 優勝



### 山内 萌亜コーチ

- 島根県高校総体 ダブルス 優勝
- 全国高校総体 出場



### 奥原 寿治コーチ

- 全日本社会人選手権 出場
- 全国高校選抜大会 出場



コーチ陣充実! 全国大会で優勝、入賞経験を持つコーチ陣です!



お問い合わせはお電話、またはメールで受け付けております。お気軽にお問い合わせください♪

TEL/0852-67-5880 メールアドレス 担当:今林 hiroki.i@sanbg.com



<卓球塾専用>

冷暖房・シャワー 完備



## さんびるアカデミーホームページ

チェックしてね!

詳しくはホームページをご覧ください

<http://www.sanbg.com/academy/>



お気軽にお問い合わせください!

さんびるアカデミー

◆月～土 受付時間 / 9:00～19:00  
◆日・祝休み ※土曜日も休みの場合があります。

松江市乃白町薬師前 3-3 さんさんビル 2F

TEL 0852-60-2138



さんさんビル  
2F/学童塾・健康塾  
1F/卓球ショップ・卓球塾

# さんびるアカデミー 健康塾



## 4・5月は無料体験期間です!

事前にご予約ください。

ぜひこの期間にお越しください♪

※6月からは体験料1回あたり¥1,600がかかります。別途材料費がかかる教室があります。

※準備等がありますので、開催2日前までにご予約をお願いします。

※新型コロナウイルス感染症対策の為、来館時にマスクの着用、手指消毒、受付での検温にご協力ください。

### 新規教室

#### SCHEDULE

<p><b>初めてのフラダンス</b></p> <p>無料体験日 4月18日(火)</p> <p>第1・3火曜日 10:30~11:30</p> <p>講師：大谷清美 <small>(九州ハワイアン協会所属インストラクター)</small></p> <p>フラダンスは、ゆっくりとした動きの為、幅広い年齢の方に踊って頂けます。初めての方でも大丈夫です!一緒にフラダンスを楽しみましょう♪</p> 	<p><b>しなやかな身体をつくるピラティス</b></p> <p>無料体験日 4月19日(水)</p> <p>第1・3水曜日 14:30~15:30</p> <p>講師：高橋 弘</p> <p>フォームローラーを使用し身体をしなやかに動かすことで、肩こりや腰痛予防、スタイルアップを目指していきます。</p> 	<p><b>英語でおしゃべり入門講座</b></p> <p>無料体験日 4月21日(金)</p> <p>第1・3金曜日 10:00~11:30</p> <p>講師：上田美和</p> <p>大人の方を対象に少人数グループレッスン!楽しい会話を通して英語を学びましょう。</p> 	<p><b>ボディメンテナンス バランスボール</b></p> <p>無料体験日 4月26日(水)</p> <p>第2・4水曜日 19:00~20:00</p> <p>講師：奥 奈々恵 <small>(一般社団法人体カメンテナンス協会(バランスボールインストラクター))</small></p> <p>日々の疲れや、身体の凝りの改善。身体の巡りを良くして、要らないものを溜め込まない身体へ。バランスボールエクササイズをして、体力、筋力をつけ、ダイエット効果も。日々の姿勢も良くなります。</p> 	<p><b>KIDS ENGLISH</b></p> <p>無料体験日 4月27日(木)</p> <p>第1・3/2・4木曜日 18:00~18:50</p> <p>講師：高橋シンシア</p> <p>ミニゲームを通じて、体を動かし楽しく英語を学びましょう♪</p> 
---	---	---	---	--

### 教室カレンダー

月	火	水	木	金	土
第1・3/2・4月 月謝/レッスン1回30分 9:30~12:00 ¥4,500 <b>おとなピアノ教室</b>	第1・3(火) 月謝/¥3,000 10:30~12:00 <b>筆ペン暮らしの書</b>	第2(水) 月謝/¥1,600 10:00~12:00 <b>絵手紙</b>	第1(木) 月謝/¥1,600 10:00~12:00 <b>着物の着付</b>	第1・2・4(金) 月謝/¥4,500 10:00~11:00 <b>モーニングリラクゼーションヨガ</b>	毎週(土) 月謝/週1コース¥3,500 週2コース¥5,200 9:30~12:00 <b>そろばん教室</b>
第2・4(月) 月謝/¥3,000 10:00~12:00 <b>朗読教室</b>	第1・3(火) 月謝/¥3,000 10:00~12:00 <b>押し花</b>	第2・4(水) 月謝/¥3,000 10:00~12:00 <b>パッチワーク</b>	第2(木) 月謝/¥1,600 10:00~12:00 <b>パッチワーク</b>	第1・3(金) 月謝/¥3,000 10:00~11:30 <b>英語でおしゃべり入門講座</b>	第1・3/2・4(土) 月謝/¥3,800 10:00~12:00 <b>着物の着付</b> <small>(いきいきプラザ島根)</small>
第1・3/2・4(月) 月謝/¥3,000 13:30~15:30 <b>着物の着付</b>	第1・3(火) 月謝/¥3,000 10:30~11:30 <b>初めてのフラダンス</b>	第1・3・4(水) 月謝/¥4,500 10:00~11:00 <b>ヨーガセラピー</b>	第1・3(木) 月謝/¥3,000 10:30~12:30 <b>パソコンなんでも解決教室</b>	第2・4(金) 月謝/¥3,000 13:00~15:00 <b>着物の着付</b>	第1・2・3(土) 月謝/¥4,500 10:00~11:00 <b>モーニングリラクゼーションヨガ</b>
第1・3(月) 月謝/¥3,000 13:30~15:30 <b>水墨画</b>	第2・4(火) 月謝/¥3,000 11:00~12:00 <b>ヒーリングヨガ</b>	第1・3(水) 月謝/¥3,000 10:00~12:00 <b>トールペイント</b>	第1・2・3(木) 月謝/¥4,500 13:30~14:30 <b>ピラティス</b>	毎週(金) 月謝/30分ずつ個人レッスン 16:30~18:30 ¥6,500 <b>こどもピアノ教室</b>	毎週(土) 月謝/30分ずつ個人レッスン 12:00~18:30 ¥6,500 <b>こどもピアノ教室</b>
第2・4(月) 月謝/¥7,920 16:00~17:30/17:30~19:00 <b>こどもプログラミング</b>	毎週(火) 月謝/30分ずつ個人レッスン 16:30~18:30 ¥6,500 <b>こどもピアノ教室</b>	第1・3(水) 月謝/¥3,000 14:30~15:30 <b>しなやかな身体をつくるピラティス</b>	第2・4(木) 月謝/¥3,000 13:30~15:30 <b>生け花(池坊)</b>	第1・3(金) 月謝/¥3,000 19:00~20:00 <b>はじめてのピラティス</b>	第2・4(土) 月謝/¥3,000 13:30~15:30 <b>将棋教室</b>
	毎週(火) 月謝/週1コース¥3,500 週2コース¥5,200 16:00~18:30 <b>そろばん教室</b>	毎週(水) 月謝/30分ずつ個人レッスン 16:30~18:30 ¥6,500 <b>こどもピアノ教室</b>	毎週(木) 月謝/30分ずつ個人レッスン 16:30~18:30 ¥6,500 <b>こどもピアノ教室</b>	第2・4(金) 月謝/¥3,000 19:00~20:00 <b>姿勢がよくなるピラティス</b>	第1・3(土) 月謝/¥3,000 13:30~14:30 <b>バクティブローヨガ</b>
	第1・2・3(火) 月謝/¥4,500 18:45~19:45/19:50~20:50 <b>フラハラウピカケルヌマ</b>	第2・4(水) 月謝/¥3,000 18:30~20:30 <b>楽しく学ぼうギターcafé</b>	第1・3/2・4(木) 月謝/¥4,000 18:00~18:50 <b>KIDS ENGLISH</b>	第4(金) 月謝/¥1,600 18:30~20:00 <b>わくわく生け花(小原流)</b>	第4(土) 月謝/¥1,600 13:00~16:00 <b>押し花</b>
	第2・4(火) 月謝/¥3,000 19:00~20:00 <b>筆ペン暮らしの書(夜間)</b>	第2(水) 月謝/¥1,600 18:30~20:30 <b>レザークラフト</b>	第2・4(木) 月謝/¥3,000 19:00~20:00 <b>バクティブローヨガ</b>		第1・3(土) 月謝/¥3,000 19:30~20:30 <b>ヒーリングヨガ</b>
	第1・4(火) 月謝/¥3,000 19:00~20:30 <b>楽しい英会話</b>	第2・4(水) 月謝/¥3,000 19:00~20:00 <b>ボディメンテナンスバランスボール</b>			

(受付時間：月曜日~土曜日9:00~19:00)

詳細はこちらをご覧ください。

電話 0852-60-2138

## 健康塾登録者1,000人記念!!

健康塾登録1,000人目の方には素敵なプレゼント!!  
アンケートにお答え頂いた方の中から抽選で素敵なプレゼント!!



QRコードを読み取ってアンケートにお答えください

