

▶ 쇼트트랙 지도과정

과정	기간	강습내용
기초	1~2개월	오리엔테이션 및 이용수칙 공유 스케이트 신고 걸기 연습 (벽 잡고 제자리 걷기/무릎 잡고 걷기) 무릎잡고 밀기
초급	3~4개월	밀기(양팔 벌리고 밀기) 스케이트 한발 뒤로 돌리기 (벽 잡고 한발 연습 및 앞으로 전진 연습)
중급	5~6개월	직선 활주 기본자세 반복 발 뒤로 돌리며 팔 흔들기 동작 연계 코너 기본동작
상급	7~8개월	원 코너 하기 (한팔을 흔들며) 직선과 코너를 안전하게 연결 활주
고급	9개월~	3바퀴 이상 안전하게 직선과 코너를 스피드 있게 활주

▶ 피겨 지도과정

과정	기간	강습내용
기초	1~2개월	오리엔테이션 및 이용수칙 걸기, 향아리 그리기, 밀기
초급	3~4개월	기본자세 및 밀기 한발로 균형 잡기 크로스오버 (제자리. 원)
중급	5~6개월	한발로 균형 잡고 밀기 (앞/뒤) 세미 써클 크로스오버 (앞/뒤)
상급	7~9개월	크로스오버, 세미써클 (앞/뒤 인/아웃) 프리스케이팅 동작(바니홀.런지.스파이럴) 두발 스텝
고급	10개월~	프리스케이팅 동작(바니홀.런지.스파이럴) 프리스케이팅 스텝, 한발스핀, 프리점프

※ 지도과정은 강습생의 평균과정을 기준으로 하였습니다.
개인차가 있으니 이점 참고하시기 바랍니다.

※ 회원가입 절차 (PC/모바일)

- ① 목동아이스링크 홈페이지 우측 상단의 [회원가입]
클릭하여 회원가입을 시작.
- ② 회원종류 선택 (14세 미만 어린이 / 14세 이상 일반)
- ③ 이용약관, 개인정보 수집 및 이용에 관한 동의
- ④ 본인 인증 = 아이핀 및 핸드폰
(14세 미만 어린이 등록 시 부모님 실명인증 필요.)
- ⑤ 회원정보 입력 후 회원가입 완료.

※ 온라인 재수강접수 안내

- ① 목동아이스링크 홈페이지 로그인
- ② 마이페이지 (우측상단) 클릭
- ③ 수강이력현황 클릭
- ④ 현 강습 일정 옆 상세보기 클릭
- ⑤ 하단의 재수강 클릭
- ⑥ 결제하기 완료. (모바일/pc결제 가능)

※ 수강 접수는 매월 20일~26일까지이며, 미등록 시
강습반 합반 및 폐강 될 수 있음을 알려드립니다.

※ 수강생은 회원카드 지참하여 안내데스크에서 입장
확인 후 출입하여 주시기 바랍니다.

(분실 시 재발급=1,000원)

※ 강습시간이 아닌 경우 링크 이용 시 입장료를 별도
지불하셔야 합니다.

※ 링크 이용 시 안전을 위해 헬멧, 장갑 필수 착용.

2023년

11월 스케이팅 강습안내

쇼트트랙 / 피겨

◆ 접수기간 : 10월20일~10월26일

◆ 강습기간 : 10월30일~11월28일

목동아이스링크는

쇼트트랙 / 피겨 국가대표 출신 등 전문 지도자들에
의해 기초 과정에서 상급반까지
체계적인 프로그램으로 강습을 진행합니다.

○ 강습 문의

(02)2649-8454~6

목 동 아 이 스 릿 크

www.mdicerink.co.kr

▶ 11월 어린이 강습 일정 ◀										
강 습 종 목	쇼트트랙 / 피 겨									
구 분	강습요일	강 습 시 간	강 습 일 정 (강습일자)							
평 일 주2회 강습 (월 8회-50분)	월, 수	16:10 ~ 17:00	10월 30	1	6	8	13	15	20	22
		17:10 ~ 18:00								
	화, 목	16:10 ~ 17:00	2	7	9	14	16	21	23	28
		17:10 ~ 18:00								
평 일 주1회 강습 (월 4회-100분)	월	16:10 ~ 18:00	10/30		6		13		20	
	화	16:10 ~ 18:00	7		14		21		28	
	수	16:10 ~ 18:00	1		8		15		22	
	목	16:10 ~ 18:00	2		9		16		23	
	금	16:10 ~ 18:00	3		10		17		24	
주 말 주1회 강습 (월 4회-100분)	토	12:10 ~ 14:00	4		11		18		25	
		16:10 ~ 18:00								
	일	12:10 ~ 14:00	5		12		19		26	

▶ 11월 성인 강습 일정 ◀												
구 분	성인 새벽반						성인 여성반					
강습 요일	월,수,금						월,수,금					
강습 종목	쇼트트랙						피겨					
강습 시간 [월12회]	06:10~07:00						12:10~13:00 / 13:10~14:00					
새벽성인반	10월 30	1	3	6	8	10	13	15	17	20	22	24
성인여성반	10월 30	1	3	6	8	10	13	15	17	20	22	24

▶ 11월 목동 피겨 선수 대관 일정 (21:10~23:00) ◀																					
월~금(1일100분X20회)		10/30	1	2	3	6	7	8	9	10	13	14	15	16	17	20	21	22	23	24	28

▶ 11월 성인/청소년 오후반 강습 일정 ◀									
강습 요일		월수반 / 화목반		수요반 / 금요반		토요 쇼트반		일요 피겨반	
강습 시간		17:10 ~ 18:00		16:10 ~ 18:00		12:10 ~ 14:00		12:10 ~ 14:00	
강습 종목		쇼트트랙 / 피겨							
주2회 50분	월수반	10/30	1	6	8	13	15	20	22
	화목반	2	7	9	14	16	21	23	28
주1회 100분	수요반	1		8		15		22	
	금요반	3		10		17		24	
	토요 쇼트	4		11		18		25	
	일요 피겨	5		12		19		26	

「안내 사항」

※ 접수기간 : 10월 20일(오전 9시) ~ 10월 26일(오후 6시)

※ 강 습 료 : 월 73,000원

※ 준 비 물 : 스케이트, 장갑, 긴 옷(상/하의), 헬멧(헬멧 무료대여)

- 강습 스케이트 대여 1회 : 5,000원.

(성인/청소년의 경우 대여 사이즈가 없거나 부족할 수 있습니다.)

- 새벽반 및 여성반의 경우 스케이트 대여 가능 시간대가 아닙니다.

※ 11월 신규 모집 요일은 공지사항 10월 강습 모집 안내 게시글에 있는 첨부파일 또는 수강신청 페이지에서 확인하시기 바랍니다.

※ 성인/청소년반, 새벽성인반, 성인여성반의 경우 기존 강습생의 재등록 여부를 고려하여 해당 접수기간동안 모집 인원이 상시 변동됩니다.

※ 토요일 정규 쇼트트랙 수업은 지하링크에서 진행됩니다.

※ 10월 30일(월) 강습은 11월 강습일입니다.

※ 11월 27일(월)은 12월 강습일입니다.

※ 11월 29일(수), 30일(목)은 강습이 없습니다.

※ 표는 지하링크 수업입니다.

「강습 안내」

- 어린이 강습 대상 : 7세(만6세~2017년생)~초등학생 (강습반 정원 11명~13명)
※ 강습반 폐강 및 합반으로 인하여 기존 인원보다 초과 인원이 발생 할 수 있으니, 이 점 참고 부탁드립니다. (9명 미만 개설 불가)
- 성인/청소년 강습 대상 : 중1이상 (최소 11명 이상 / 약 15명)
- 새벽/성인여성반 강습 대상 : 20세 이상(만18세) (최소 11명 이상 / 약 20명)

- 접수기간 내에 재등록을 하셔야 반 편성이 가능하며,
기존 인원 미달 시 합반 또는 폐강 될 수 있습니다.
- 강습 신청 후 결제까지 완료하셔야 수강 등록이 완료됩니다.(당일 미결제 시 취소)
- 제로페이 결제는 반드시 목동아이스링크와 통화 후 결제를 하시기 바랍니다 !
※ 전화 없이 제로페이 결제 시 명단 누락이 발생할 수 있습니다.(미등록 처리)
- 강습용 스케이트 대여 - 1회 5,000원
(성인의 경우 사이즈 부족 시 대여가 불가능할 수 있습니다.)
- 신규 강습 모집은 링크 현황 및 지도자 현황에 따라 매월 변경 될 수 있습니다.
- 개인일정 및 강습일정 미확인으로 인한 불참은 보강 및 환불을 진행하지 않습니다.
- 링크 운영상황에 따라 지상, 지하링크를 변경 운영 할 수 있습니다.

「 재등록 안내 」

※ 기존 강습생 분들은 신규 신청이 아닌 재등록을 해주시기 바랍니다.

①목동아이스링크 홈페이지 로그인 후 마이페이지 클릭→ ②수강이력현황 클릭→
③현 강습 월 상세보기 클릭→ ④하단의 재수강 버튼 클릭 → ⑤결제

* 전월 강습 재등록 기간 이후에 등록을 하신 분들은 재등록 결제창이 활성화 되지 않을 수 있으니, 전화로 재등록 결제창 활성화를 요청해주시기 바랍니다.

「 강습 환불 안내 」

※ 환불 규정

- * 개강 전 : 10% 공제 후 환불.
- * 개강 후 : 강습 진행 횟수 + 결제 금액의 10% 공제 후 환불.
- * 개인 일정 및 강습 일정 미확인으로 인한 부분(횟수) 환불 불가.
- * 월 강습 종료 후 환불 불가
- * 강습이 70% 이상 진행 시 환불 불가

- * 구비 서류 = 환불신청서 (홈페이지 마이페이지에서 접수)
- * 전액 환불 = ▷ 접수 당일. ▷ 인원미달로 인한 수업 폐강.
▷ 강습 시작 전 부상.(증빙서류제출 시 한함.)
- * 환불요청 후 5일 내 환불진행.
- * 환불규정은 한국소비자원의 내용을 기준으로 하였습니다.

※ 온라인 환불신청 방법

①목동아이스링크 홈페이지 로그인 후 마이페이지 클릭→ ②수강이력현황 클릭→
③현 강습 월 상세보기 클릭→ ④하단의 환불신청 버튼 클릭 → ⑤환불신청서작성.