

## ▶ 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

## 2월 스케이팅 강습안내

### 쇼트트랙 / 피겨

◆ 접수기간 : 1월20일 ~ 1월26일

◆ 강습기간 : 2월1일 ~ 2월28일

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](http://www.mdicerink.co.kr)



## 「강습 안내」

- 어린이 강습 대상 : 7세 ~ 초등학생 (강습반 정원 11명~13명)

※ 강습반 폐강 및 합반으로 인하여 기존 인원보다 초과 인원이 발생할 수 있으니, 이 점 참고 부탁드립니다. (9명 미만 개설 불가)

- 성인/청소년 강습 대상 : 중1이상 (최소 11명 이상)

- 성인 강습 대상 : 20세 이상 (최소 11명 이상)

- 접수기간 내에 재등록을 하셔야 반 편성이 가능하며,

기준 인원 미달 시 합반 또는 폐강 될 수 있습니다.

- 강습 신청 후 결제까지 완료하셔야 수강 등록이 완료됩니다 !!!

- 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.