

★親子・子ども★ 2022年度 「第1期(4月~7月)コース型教室」 一覧表

各コース60分・全15~17回です。

コース名	No	曜日	開始時間	金額(税込)	定員	担当	靴	内容			
親子 (親1人・子1人で1組)	親子ヨーガ(3ヶ月~1歳5ヶ月) 【曜日・時間変更】	★130	土	9:10	¥9,600	各12組	伊藤	×	産後の骨盤や骨格の歪みの調整、心身のバランスを整えるヨガと呼吸法、親子のコミュニケーションやスキンシップのためのポーズ、子供の健やかな発育に役立つベビーマッサージを行います。		
	親子ヨーガ(2ヶ月~1歳5ヶ月)	131	木	9:30	¥9,600		美宅				
	赤ちゃん親子・ママビューティー (1ヶ月半~11ヶ月)	★132	火	12:10	¥9,600	各20組	鈴木	親○ 子×	赤ちゃんは抱っここのバランス運動、ベビマレッツ(ママの手技による赤ちゃんの健やかな発達を促すストレッチ・ふれあい)、ママは産後ケア・ボディメイクエクササイズやダンスを行います。		
		133	金	14:20	¥10,200						
	赤ちゃんケア産後ボディメイク (1ヶ月半~11ヶ月)	134	水	12:05	¥9,000		上田	×	赤ちゃんは抱っここのバランス運動、ベビマレッツ(ママの手技による赤ちゃんの健やかな発達を促すストレッチ・ふれあい)、ママは産後ケア・ボディメイクエクササイズを行います。		
	親子でキッズビート体操 (3~6歳)	135		14:45	¥9,000			○	音楽に合わせて想像力を膨らませながら、親子でダンス・リズム体操、パパ・ママの補助で体操名人。跳び箱・鉄棒・マット運動。トランポリンもチャレンジします。		
	ママとベビーの フィットリトミック (8ヶ月~1歳6ヶ月)	★136	木	12:45	¥9,600		各20組	佐藤	親○ 子×	お子さんはコミュニケーションの間合いや姿勢反射をスムーズに促す遊び、ママは産後一年頃の体にうれしいストレッチやボディメイクエクササイズ、ダンスを行います。	
		137	金	13:00	¥10,200						
	よちよち親子体操 (1歳~2歳6ヶ月)	★138	水	13:25	¥9,000		上田	×	発達に即したお子さんへの運動の促しを、親子で燃れ合いながら行います。初めての跳び箱・鉄棒も楽しみ！パパ・ママは育児に必要な体力の維持向上のボディメイクエクササイズを行います。		
	わんぱく親子体操(2~6歳)	★139	火	10:50	¥9,600		鈴木		発達に即したお子さんへの運動の促しを、親子で燃れ合いながら行います。初めての跳び箱・鉄棒も楽しみ！パパは体力の維持向上のストレッチや筋力トレーニングに臨みます。		
	よちよち親子・元気パパ (1歳~2歳6ヶ月)	140	土	13:35	¥9,600		上田 堀口	○	親子で取り組める体操やダンスで、脳の発達と豊かな心を育みます。跳び箱・鉄棒・トランポリン・マット運動にもチャレンジします。入園準備のクラスとしてもおすすめです。		
	わんぱく親子・元気パパ (2~6歳)	★141	日	11:45	¥10,200		黄木 堀口		幼児期に適した運動をパパと一緒に遊びの中で行うことにより、脳の発達と豊かな心を育みます。鉄棒・跳び箱等にもチャレンジ！		
	親子・元気ファミリー (2~6歳)	142	土	14:55	¥9,600		上田 堀口	○	幼児期に適した運動を親子の遊びの中で行うことにより、脳の発達と豊かな心を育みます。鉄棒・跳び箱等にもチャレンジ！パパ・ママは体力向上のトレーニングを行います。		
		★143	日	13:05	¥10,200		黄木 堀口				
英語でリトミック (6ヶ月~1歳11ヶ月)	★	金	401	9:30	¥17,000		各20名	井芹	×	英語の音楽や言葉を使いながらパパやママと楽しくカラダを動かします♪遊びの中に英語を積極的に取り入れることにより、自然と英語が身に付きます。会場は7Fホールになります。	
英語でリトミック (2歳~3歳11ヶ月)			402	11:00	¥17,000						
英語でリトミック (6ヶ月~1歳11ヶ月)			403	9:30	¥14,000						
英語でリトミック (2歳~4歳11ヶ月) 【年齢変更】			404	11:00	¥14,000						
子ども体操	ジュニアビート運動塾 (小1~小6)	155	水	16:05	¥7,500	各20名	上田 武井 *スタッフ	○	ポンポンダンス・エアロピクス・ヨガ風ストレッチ・バレエ体操・体幹トレーニングなど多様な運動を楽しみながら行っていきます。		
	ヒヨコ(3~4歳)	156	月	14:30	¥8,000				各10名	畑山 武井	ボール・ロープ・フラフープなど手具を使い、遊びながら運動能力の向上を図ります。跳び箱・鉄棒では基礎的な動作を行うクラスです。マット運動では、前転・後転・倒立前転などを行います。
		157	火	14:30	¥8,000						
		158	木	14:30	¥8,000						
		159	金	14:45	¥8,500						
	ウサギ(5~6歳)	★160	月	15:50	¥8,000	20名	武井 *スタッフ		ボール・ロープ・フラフープなど手具を使った運動を行います。マット運動では、前転・後転・倒立前転・倒立ブリッチなどを行い、体の使い方を学びます。とび箱・鉄棒では基礎的な動作を学びます。とび箱は開脚とび、鉄棒では逆上がり練習します。		
		★161	火	15:50	¥8,000	各10名	畑山 武井				
		162	木	15:50	¥8,000						
	タイガー(小1~小3)	163	金	16:05	¥8,500	各25名	武井 *スタッフ		ボール・ロープ・フラフープなど手具を使った運動を行います。マット運動では、技の展開、連続技等を練習します。跳び箱・鉄棒では、基礎的な動作から様々な技の展開までを行い、ひとりて技が出来ることを目標とします。運動能力・体力向上を目指すクラスです。		
		164	月	17:10	¥8,000						
165		火	17:10	¥8,000							
パンダ(小1~小6)	166	木	17:10	¥8,000	各10名	畑山 武井	ボール・ロープ・フラフープなど手具を使った運動を行います。マット運動では、技の展開、連続技等を練習します。跳び箱・鉄棒では、基礎的な動作から様々な技の展開までを行い、ひとりて技が出来ることを目標とします。運動能力・体力向上を目指すクラスです。				
	167	金	17:25	¥8,500							
キッズ空手(新極真会) (4歳~小2)	★	木	168	15:40	¥8,000	各20名	入来	×	空手の基礎を学びながら、「強く・明るく・楽しく」稽古を通して礼儀の基本や思いやりの心が自然に身に付きます。		
キッズ空手(新極真会) (小1~小6)			169	17:00	¥8,000						
子どもダンス	ポップ&キュート(5歳~7歳)	★	火	170	15:40	¥8,000	18名	佐々木	音楽に合わせてながら、ポーズやステップで身体をつかい表現することを楽しみます。		
	キッズダンス(小1~小6)			171	17:00	¥8,000			各20名	富永 内田	ダンス特有の身体の使い方や、ステップにチャレンジします。
				172	金	17:10					¥8,500
	キッズチア(3歳6ヶ月~5歳)	★	月	173	15:50	¥8,000	各12名	小林	○	チアダンスの基本的な動きを学びます。ポンポンを使い、リズムに合わせて楽しく踊ります。	
	キッズチア(5歳~小2)			174	17:10	¥8,000					
	キッズチア(4~6歳)			175	15:30	¥7,500					
キッズチア(小1~小4)	176	水	16:50	¥7,500	元治	チアダンスの基礎とチアスピリットを学び、アームモーションを使ったダンスを中心に楽しく踊ります。					
バレエ	子供バレエ「スイートピー」 (小1~小6) 【時間変更】	★		177	17:25	¥7,500	各20名	宇高	バレエの基礎を身に付け、音楽に合わせて楽しく身体を動かします。※要バレエシューズ		
	子供バレエ「スイートピー」 (小1~小3)			178	金	15:50				¥8,500	

※★のクラスは一次募集ではそれぞれお一人様一枠のみのご応募となります。
※教室担当者は、変更になる場合がございます。