

# 第2期（12月～3月）定期制教室 空き状況（11月22日現在）

## 【定期制 大人スポーツ教室】

教室名	曜日	時間	定員	対象	内容	空き人数
初・中級フラダンス	月	13:00-14:00	40名	15才以上 (中学生を除く)	ハワイアの調べに合わせて踊ります。全身を使うため、健康・美容向上に抜群です。初心者から気軽に通える教室です。 <女性限定>	18名
バレーボール上達レッスン	木	10:00-11:30	36名		基本から応用・実践技術まで練習し、最後はゲームを行います。初心者から気軽に通える教室です。 <女性限定>	25名
ダイエットプログラム	水	10:00-11:00	12名		体重-3kgを目標に月替りのプログラムで無理なく・飽きさせないレッスンをを行います。体調管理ノートが付き常にダイエットを意識することが出来ます。目標達成された方には、ご褒美を贈呈します。	11名

## 【定期制 子どもスタジオ教室】

教室名	曜日	時間	定員	対象	内容	空き人数
幼児フラダンス	月	16:00-17:00	25名	4才～未就学児	人気のフラダンスを基本から身体の柔軟性・リズム感・イメージ力・想像力を養います。	20名
小学生フラダンス	月	17:00-18:00	25名	小学生		21名
幼児空手	火	15:40-16:40	25名	4才～未就学児	突き・蹴り・受身・手の基本動作の習得などから始めていきます。礼儀作法を重んじ、心身ともに強くなれる教室です。	4名
小学生空手	火	16:40-17:40	25名	小学生		6名
幼児バレエ	水	16:00-17:00	25名	4才～5才	クラシックバレエの基礎を学ぶことにより美しい姿勢と柔軟性、身体で表現する楽しさを知ることも出来ます。	0名
小学生バレエ	水	17:00-18:00	25名	6才～小学生		9名
キッズダンス	木	15:40-16:40	25名	4才～未就学児	音楽に合わせて、ダンスのステップを入れながら元気に楽しく踊ります。	16名
幼児チアダンス	木	16:40-17:40	25名	4才～未就学児	ボンボンを持って明るく軽快に踊るダンスです。基本から練習しますので、はじめてのお子様でも安心です。	2名
小学生チアダンス	木	17:40-18:40	25名	小学生	ボンボンを持って明るく軽快に踊るダンスです。人気のチアダンスの曲に合わせて楽しく元気に踊りましょう。	6名
はじめて体操①	土	11:15-12:15	20名	3・4才	初めて体操教室に参加されるお子様に最適なプログラムです。マット・跳び箱・鉄棒などを基本から練習します。	0名
はじめて体操②	土	13:00-14:00	20名	5・6才		0名
逆上がり特訓	土	14:00-15:00	20名	5才から小学生	鉄棒の持ち方や足の踏み切り方などの基本を学び逆上りの習得を目標とした教室です。	0名
チャレンジ体操	土	15:00-16:00	20名	小学生	マット・跳び箱・鉄棒などを練習します。苦手克服に最適なプログラムです。	11名
はじめてなわとび	土	16:15-17:15	10名	4才～未就学児	縄の握り方、腕のまわり方～連続跳びができるように段階的に練習します。	0名
幼児HIP HOP	日	10:00-11:00	25名	5才～未就学児	H I P H O Pの音楽にのり、楽しく踊ります。基本から始めますので、初めてのお子様でも安心です。	4名
小学生HIPHOP	日	11:00-12:00	25名	小学生	H I P H O Pの音楽にのり、楽しく踊ります。H I P H O Pの基本ステップを習得しカッコよくダンスに挑戦しましょう。	5名

## 【定期制 子どもスポーツ教室】

教室名	曜日	時間	定員	対象	内容	空き人数
親子よちよち体操	火	10:00-11:00	25組	1才～4才児	保護者同伴で教室に参加します。ボール、フープなどを使い親子で楽しく身体を動かす教室です。	10組
親子体操	金	15:20-16:20	20組	2才～未就学児		15組
L e t ' sチャイルド	木	14:50-15:50	30名	3才～未就学児	ボール・フープなどを使用し、ゲーム形式の運動で団体行動を身につける教室です。	27名
キッズファンク①	月	16:00-17:00	35名	小学1～3年	軽快な音楽に合わせて楽しくダンスを行う教室です。	21名
キッズファンク②	月	17:00-18:30	35名	小学4～中学生		34名
幼児体操	月	15:40-16:40	40名	4才～未就学児	マット・跳び箱・鉄棒・平均台などを練習する教室です。年齢・経験別のグループにわかれ練習します。	7名
	火	15:40-16:40	40名			0名
小学生体操	月	16:50-17:50	40名	小中学生	マット・跳び箱・鉄棒などを練習する教室です。広い体育室を使い、運動量の高い教室です。	15名
	火	16:50-17:50	40名			6名
幼児トランポリン	水	15:40-16:40	30名	4才～未就学児	大きなトランポリンを使用し、空中感覚・リズム感を身につける教室です。年齢・経験別のグループで練習します。	0名
	木	15:40-16:40	30名			0名
小学生トランポリン	水	16:50-17:50	30名	小中学生		3名
	木	16:50-17:50	30名			0名
ジュニア新体操①	金	16:00-17:00	24名	小学1、2年（女子）	ボール・リボン・フープを使用し、音楽に合わせて身体を動かします。	2名
ジュニア新体操②	金	17:00-18:30	24名	小学3～6年（女子）		6名
室内サッカー（幼）	金	15:40-16:40	20名	4才～未就学児	バス・ドリブル・シュートの基本からゲーム形式の練習をします。チームスポーツで大事な協調性も養います。	0名
室内サッカー（小）	金	16:50-17:50	20名	小学生		1名

## 【定期制 特別水泳教室】

教室名	曜日	時間	定員	対象	内容	空き人数
障がい者水泳教室	第1土	12:30-13:20	10名	知的障がい、身体障がい問わず 小学生～大人 ※介助者の入水も可	泳ぎを通じて個性や可能性を伸ばし自信を育み、継続していきける展開を行い、教室に参加することにより仲間づくりなど社会的学習性の習得を目指します。	0名

## 【定期制 キッズルーム教室】

教室名	曜日	時間	定員	対象	内容	空き人数
びよんびよん	火	10:00-10:50	15名	2才～4才	トランポリンをメインに運動する教室です。跳んだり跳ねたりすることで、平衡感覚や瞬発力を養います。	0名
	金	10:00-10:50	15名			0名
親子D Eキッズルーム	木	10:00-10:50	8組	6ヶ月～2才	親子で通える教室です。教室参加に不安なお子様も、お母さん、お父さんと一緒に運動するので安心して楽しく身体を動かせます。	0組
ぼうけん	火	11:00-11:50	15名	1才～3才	キッズルームの遊具をすべてを使った教室です。身体全部を動かしながら冒険します。	0名
	木	11:00-11:50	15名			0名
	金	11:00-11:50	15名			0名
キッズ体操	木	17:00-17:50	15名	3才～未就学児	キッズルームの遊具とマットや鉄棒などの器械種目を使った教室です。身体を動かすことから、体操運動の基礎を練習します。体操が苦手なお子様におススメです。	0名
たんけん	水	17:00-17:50	15名	3才～未就学児	キッズルームの遊具をすべてを使った教室です。身体を全部を動かしながら探検します。	1名