

体操教室



キッズ体操クラス

楽しく身体を動かして体操器具を用いて健康づくり、体力づくりを行います。

対象：年少児～未就学児

曜日：木曜 15:30～16:30

金曜 15:30～16:30

ジュニア体操クラス

マット・跳び箱・鉄棒・なわとびの基礎から無理なく少しずつレベルアップを図ります。

対象：小学1年生～小学6年生

曜日：木曜 16:50～17:50

金曜 16:50～17:50

<月間種目>

(予定)

月	種目
4月	跳び箱
5月	鉄棒
6月	マット
7月	跳び箱
8月	鉄棒
9月	マット
10月	跳び箱
11月	鉄棒
12月	マット
1月	跳び箱
2月	鉄棒
3月	マット

月会費

各クラス

5,000 円

(曜日、クラスをお選びください)

持ちもの

運動着、屋内シューズ

なわとび(外で行います)



左記のメイン種目のほかに、体幹トレーニングやリズムトレーニング、壁倒立などの運動に必要な基礎となるトレーニングを実施します。

なわとびは不定期に行います



お申込み・お問い合わせはフロントまで

■営業時間 平日：9時～22時

日曜・祝日：9時～18時

■休館日 毎週火曜日

■所在地 〒675-1114

兵庫県加古郡稲美町国安 1287-3

■連絡先 TEL 079-496-5851

FAX 079-496-5852