

水元総合スポーツセンター体育館 フィットネススタジオコース							TEL:3609-8182
No.	曜	コース名	対象	時間	定員	料金	日程
105	月	<b>キッズヒップホップダンス 幼児</b> 音楽に合わせて楽しく踊りながら、リズム感や巧緻性を身に付けられます。	4才から 未就学の幼児	16:15 ～17:15	20名	6,480円 /9回	7月2・9・23・30日 8月6・20・27日 9月3・10日
106		<b>ジュニアヒップホップダンス 小中学生</b> 音楽に合わせて楽しく踊りながら、リズム感や巧緻性を身に付けられます。	小中学生	17:30 ～18:30	20名	6,480円 /9回	
107	火	<b>わんぱく親子 体操名人</b> 遊びの中で簡単なルールも交え、走る、歩く、バランス、順番待ちなどを学びながら、ママはポディケア+ストレッチ・エクササイズを行います。	2才から 未就学の幼児	11:00 ～12:00	15組	7,920円 /11回	7月3・10・17・24日 8月7・21・28日 9月4・11・18・25日
108		<b>赤ちゃん親子 ママビューティー</b> 赤ちゃんは月齢に合ったバランスや身体認知、社会性を育む遊びやマッサージを行い、ママは産後のポディケアに必要な運動を行います。	1. 5ヶ月～ 11ヶ月	12:15 ～13:15	15組	7,920円 /11回	
109		<b>キッズダンス 幼児</b> 音楽に合わせて楽しく踊ります。基礎から学び、協調性なども身に付きます。	4才から 未就学の幼児	16:15 ～17:15	20名	7,920円 /11回	
110	水	<b>ジュニアダンス 小学生</b> 音楽に合わせて楽しく踊ります。基礎から学び、協調性なども身に付きます。	小学生	17:30 ～18:30	20名	7,920円 /11回	7月3・10・17・24・31日 8月7・21・28日 9月4・11・18日
111		<b>キッズバレエ 幼児</b> バレエを踊るための基礎となる身体表現やリズム感を育てます。音楽に合わせて踊る楽しさを感じましょう。	4才から 未就学の幼児	16:30 ～17:30	20名	7,200円 /10回	
112	土	<b>ジュニアバレエ 小学生</b> バレエに必要な柔軟性、音楽性、感性を育てます。バレエの基礎を身体で覚え、リズムに合わせて踊る練習をします。 <b>※要送迎</b>	小学生	17:45 ～18:45	20名	7,200円 /10回	7月4・11・18・25日 8月1・8・22・29日 9月5・19日
113		<b>わんぱく家族 体操名人</b> 親と子が触れ合いながら体操・リトミック・バランスなどの運動を行います。お子様の巧緻性が身に付けられます。	3才～6才	9:45 ～10:45	15組	7,920円 /11回	
114		<b>フィットリトミック 元気ファミリー</b> お子様の歩行の意欲促進、バランス、まねっこ、言葉の刺激などを行いながら、親は均整のとれた身体づくりを行います。	1才～ 3才6ヶ月	11:00 ～12:00	15組	7,920円 /11回	
115	土	<b>キッズアイドルダンス 幼児</b> 躍動的な音楽に合わせて楽しく踊りながらリズム感や巧緻性を身に付けられます。	4才から 未就学の幼児	13:30 ～14:30	20名	7,920円 /11回	7月7・14・21・28日 8月4・18・25日 9月1・8・15・22日
116		<b>ジュニアアイドルダンス 小中学生</b> 躍動的な音楽に合わせて楽しく踊りながらリズム感や巧緻性を身に付けられます。	小中学生	14:45 ～15:45	20名	7,920円 /11回	
117		<b>ジュニアストリートダンス 小中学生</b> 躍動的な音楽に合わせて楽しく踊りながらリズム感や巧緻性を身に付けられます。	小中学生	16:00 ～17:00	20名	7,920円 /11回	

※妊娠中の方は参加できません。開始後に判明した場合でも返金はありません。

※親子コースは親1人に子供1人での参加となります。

※開催日程ならびに会場は都合により変更することがあります。