

奥戸総合スポーツセンター体育館 1Fスタジオ等コース							Tel:03-3691-7111
会場 ★:第一武道場 その他:1Fスタジオ							
No.	曜	コース名	対象	時間	残数	料金税込	日程
48	月	<b>キッズ運動教室</b> 運動能力向上を目指し、多様な運動の動作確認と様々な運動にチャレンジしていきます。	3才から 未就学の幼児	15:45 ~16:45	1名	11,000円 /10回	7月3・10・24・31日 8月7・21・28日 9月4・11・25日
49		<b>ジュニア運動教室</b> 運動能力向上を目指し、ダンスやトランポリン等の様々な運動にチャレンジしていきます。	小学生	17:00 ~18:00	1名	11,000円 /10回	
50	火	<b>キッズダンス</b> 音楽に合わせて簡単なリズムトレーニングをしつつ、簡単な振り付けをしていきます。	4才から 未就学の幼児	15:45 ~16:45	7名	13,200円 /12回	7月4・11・18・25日 8月1・8・22・29日 9月5・12・19・26日
51		<b>ジュニアダンス</b> リズムトレーニングをしつつ、ダンスの基礎を学びながら振り付けをしていきます。	小学生	17:00 ~18:00	0名	13,200円 /12回	
52	水	<b>キッズ運動教室</b> 運動能力向上を目指し、多様な運動の動作確認と様々な運動にチャレンジしていきます。	3才から 未就学の幼児	15:45 ~16:45	0名	11,000円 /10回	7月5・12・19日 8月2・9・16・30日 9月6・13・20日
53		<b>ジュニア運動教室</b> 運動能力向上を目指し、ダンスやトランポリン等の様々な運動にチャレンジしていきます。	小学生	17:00 ~18:00	2名	11,000円 /10回	
54	木	<b>★赤ちゃん親子/産後ケア</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スキンシップ・ストレッチ、ママは産後のボディケアに必要な運動を行います。	1. 5ヶ月~ 11ヶ月	12:30 ~13:30	15組	11,000円 /10回	7月6・13・20・27日 8月3・24・31日 9月7・14・21日
55		<b>★よちよち親子フィットリミック</b> お子様は音楽に合わせて自由に体を動かし、表現力・反応力を身に付けます。 親はヨガやピラティスをベースにボディメイク。	1才~2才	13:45 ~14:45	19組	11,000円 /10回	
56	土	<b>キッズバレエ</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。	4才から 未就学の幼児	15:45 ~16:45	1名	12,100円 /11回	7月6・13・20・27日 8月3・17・24・31日 9月7・14・21日
57		<b>ジュニアバレエ</b> バレエに必要な柔軟性、音楽性、感性を育て、リズムに合わせて踊る練習をします。	小学生	17:00 ~18:00	6名	12,100円 /11回	
58	土	<b>★よちよち親子/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きます。	1才~2才	9:30 ~10:30	6組	11,000円 /10回	7月1・15・22・29日 8月5・19・26日 9月2・16・30日
59		<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、ママはボディケア+ストレッチ・エクササイズを行います。	3才から 未就学の幼児	10:45 ~11:45	13組	11,000円 /10回	
60	日	<b>キッズHIPHOP</b> HIPHOPのリズムトレーニングをしつつ、簡単な振り付けをしていきます。	4才から 未就学の幼児	13:00 ~14:00	0名	13,200円 /12回	7月1・8・15・22・29日 8月5・19・26日 9月2・9・16・30日
61		<b>ジュニアHIPHOP(入門)</b> ストリートダンスの基礎と振り付けを身に着けます。初心者でも安心して参加できます。	小学生	14:15 ~15:15	0名	13,200円 /12回	
62		<b>ジュニアHIPHOP(初中級)</b> 音楽に合わせて楽しく踊りながら、リズム感や記憶力を身に付けられます(経験者向け)。	小学生	15:30 ~16:30	4名	13,200円 /12回	
63	日	<b>キッズチア</b> 女の子の憧れ、チアダンスの基礎を覚えます。ポンポンを振りながら元気に、楽しく踊りましょう。	4才から 未就学の幼児	13:00 ~14:00	0名	12,100円 /11回	7月2・9・16・23日 8月6・20・27日 9月3・10・17・24日
64		<b>ジュニアチア</b> 女の子の憧れ、チアダンスの基礎を覚えます。ポンポンを振りながら元気に、楽しく踊りましょう。	小学生	14:15 ~15:15	4名	12,100円 /11回	

※感染情報や社会情勢に応じて開催内容を変更することがあります。

※親子コースは親1人に子1人での参加となります。

※都合により開催日程や会場、担当インストラクター等変更になることがあります。

※妊娠中の方は参加できません。参加後に判明した場合でも、参加費の返金はありません。

※空き状況は最新の状態でない場合がございます。詳細は開催館までお問い合わせください。