

キッズルーム 教室内容



教室名	運動量	内容
親子DEキッズルーム	★~★★	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体を動かせます。
のびのび体操	★★	マットや鉄棒やとび箱を取り入れながら楽しく行います。はじめて鉄棒やとび箱に触る方におすすめです。
はじめのいっぽ	★★	楽しみながら身体を動かし、マット、鉄棒、とび箱を行っていきます。運動しながら遊ばせ、身体を動かす楽しさを伝えていきます。
ぴよんぴよん	★★	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。
しゅっぽっぽ	★~★★	うんていをメインに運動する教室です。うんていで腕力とリズム感を、すべり台でバランス感覚を養います。
ぼうけん	★★★	キッズルームの遊具をすべてを使った教室です。体全部を動かしながら冒険します。
たんけん	★★★	キッズルームのすべての遊具を使った教室です。サーキット形式に行い、知力・体力など総合的に養います。様々なパターンで飽きずに楽しめます。
キッズ体操	★★~★★★★	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。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。
Jr.体操	★★~★★★★	
逆上がり教室	★★★	逆上がりを習得するクラスです。やっぱり出来ると嬉しい逆上がり！出来た時の達成感を感じてほしいです！