



ライフスポーツ財団 助成事業
 お子さんの発達に合わせて選べる
 iクラブの親子体操教室

一人ひとりに目が届く 少人数制



赤ちゃんクラス 5月は体験会実施。

参加者募集中(1回分 300 円のみ)！

マッサージやヨガをベースにした体操を通して親子でふれあい、赤ちゃんの発育を促します。お母さんの体力づくりや心の安定も図ります。親子で動く楽しさが味わえるクラスです。

対象:0歳児(首座り～歩行前)
 日程:毎月 第1・3 火曜日
 時間:14:15～15:15
 会場:総合体育館 柔道場
 講師:池田 真銘(ベビトレヨガインストラクター)
 会費:300 円/1 回(月単位集金)
 持ち物:飲み物、タオル
 服装:運動のできる服装(親子とも)

よちよちクラス 追加募集中!

親子でふれあいながら、神経系統の発達を促す体操と、産後のお母さんの体力回復を促す体操を行います。普段の生活に活かせる体操を楽しめるクラスです。

対象:1歳児(歩行～2歳前後)
 日程:毎月 第1・2・3 金曜日
 時間:10:40～11:40
 会場:総合体育館 柔道場
 講師:高信 敦子
(キッズトータルマスター認定インストラクター)
 会費:300 円/1 回(月単位集金)
 持ち物:飲み物、タオル
 服装:運動のできる服装(親子とも)

アイアイクラス 追加募集中!

手遊び・体操・リズム運動などを親子で楽しみながら、子どもの神経系統の発達を促します。絵本の読み聞かせや劇遊び、ミニ運動会なども楽しめるクラスです。

対象:2歳児(令和4年4月現在2歳)
 日程:毎月 第1・2・3 金曜日
 時間:9:30～10:30
 会場:総合体育館 柔道場
 講師:島 啓子(健康運動指導士)
 会費:300 円/1 回(月単位集金)
 持ち物:飲み物・タオル
 服装:運動のできる服装(親子とも)

わんぱくクラス 大人気クラス!

キャンセル待ちです・・・お問い合わせ可

ミニトランポリン・平均台・エアマットなどの体操器具にチャレンジ! 楽しみながら、幼児体操へ向けた基礎を身に着けるクラスです。

対象:3歳児(令和4年4月現在3歳)
 日程:毎週 水曜日
 時間:14:45～15:35
 会場:総合体育館 メインアリーナ
 講師:中嶋佳代子(子ども身体運動発達指導士)
 会費:300 円/1 回(月単位集金)
 持ち物:飲み物、タオル
 服装:運動のできる服装(親子とも)

お申し込み・お問い合わせは HP からカンタンに!

