

ジュニアコース レッスンタイム 2020.4～

	火	水	木	金	土	
					姿勢体幹トレB 小2～中3	12:35 1:05
4:45 5:15	姿勢体幹トレA 年長～小2	姿勢体幹トレA 年長～小2		姿勢体幹トレA 年長～小2		4:45 5:15
5:35 6:05	姿勢体幹トレB 小2～中3	姿勢体幹トレB 小2～中3	姿勢体幹トレB 小2～中3	姿勢体幹トレB 小2～中3		5:35 6:05
6:35 7:05	姿勢体幹トレB 小2～中3	姿勢体幹トレB 小2～中3	姿勢体幹トレB 小2～中3	姿勢体幹トレB 小2～中3		6:35 7:05
8:05 9:00	姿勢体幹トレC 小5～高3	姿勢体幹トレC 小5～高3	姿勢体幹トレC 小5～高3	姿勢体幹トレC 小5～高3		8:05 9:00

※姿勢体幹トレCは大人の会員様のご参加可能です。詳細は四条本校までお問い合わせ下さい。

【ジュニア姿勢体幹トレーニングコース】 四条本校6階

勉強・部活・競技スポーツを頑張っているお子様の体幹を鍛える、姿勢矯正（猫背・側弯・運動不足解消）、競技力向上（怪我をしない身体づくり）の為のコースです。ご興味のある方は、まずは無料体験にお越し下さい。（要予約）

【レッスン実施日】

姿勢体幹トレーニングA — 年長～小学2年生対象
火・水・金曜日16：45～17：15

姿勢体幹トレーニングB — 小学2年～中学生対象
火～金曜日17：35～18：05・18：35～19：05
土曜日 12：35～13：05

（2020年3月までは火～金曜日17：30～18：00・18：30～19：00で実施しております。
土曜日12：35～13：05 は、2020年4月から新クラスです。）

姿勢体幹トレーニングC — 小学5年生～高3対象
火～金曜日20：05～21：00

【講習料】

姿勢体幹トレーニングA・Bクラス — 週1回 ￥5,380
姿勢体幹トレーニングCクラス — 週1回 ￥7,910

※こども器械体操クラスと併用される場合は、月払い講習料の合計金額から10%割引となります。