

こども器械体操 コース案内・講習料 2024.4～

(すべて税込価格)

コース名	年齢・学年	レッスン内容	開講校	講習料	回数
親子	1才・2才 (保護者) 2022.4.2～ 2023.4.1 生まれの方	保護者と一緒に「歩く」「走る」「登る」「跳ぶ」など全身運動を行います。 (鉄棒・とび箱・平均台・トランポリン等使用したサーキット運動) 1才・2才時にたくさん身体を動かすことで脳も刺激され運動能力向上と共に、心の発育を促します。同世代のお子様と集団活動することにより社会性も身につけていきます。 (50分レッスン)	四条本校	¥8,800	週1回/3ヶ月11回
リトル	2才児～年少 2020.4.2～ 2022.4.1 生まれの方	「走る」「跳ぶ」「まわる」を基本に先生の真似から始め、楽しく体操に取り組むことを第一にレッスンを進めます。 (鉄棒・とび箱・平均台・トランポリン等使用したサーキット運動) その中で、集団生活に必要な「挨拶」「返事」「座って待つ」「話を聞く」など基本的なこともしっかり身に付けられるように目指します。保護者の方は見学していただきます。 (45分レッスン)	四条本校 西陣校 上桂校 洛西口校	¥8,800 ¥8,140 ¥7,810 ¥8,360	週1回/3ヶ月11回
キッズ	年少～年長	基礎体力作りを中心に、無理なく楽しみながら、技術のステップアップを目指します。また、集団生活に必要な約束事やルールも身につけられるように指導していきます。「マット・鉄棒・とび箱・平均台・トランポリン etc.」の体操技術練習と「筋力トレーニング・基礎運動 etc.」の練習を毎週2～3種目ずつ行います。 (50分レッスン)	四条本校 四条本校 西陣校 上桂校 洛西口校	月～土 ¥8,800 日 ¥8,000 ¥8,140 ¥7,810 ¥8,360	週1回/3ヶ月11回 週1回/3ヶ月10回 週1回/3ヶ月11回 週1回/3ヶ月11回 週1回/3ヶ月11回
	1年～6年	基礎(柔軟や筋力トレーニング)から小学校の体育で行う内容の習得を目指し、さらに高度な技「バク転・宙返り」などにもチャレンジしていきます。 「マット・鉄棒・とび箱・平均台・トランポリン etc.」の体操技術練習と「筋力トレーニング・基礎運動 etc.」の練習を毎週2～3種目ずつ行います。 (50分レッスン)			
	中1～中3	小学生と同じ種目を練習します。 基本技に加えて、高度な技「バク転・宙返り」などにもチャレンジしていきます。 (50分レッスン)			
マットレ	5年～高3	ストレッチと全身の筋力トレーニングを約20分間、マット運動を約30分間行います。基本的な「前転」「側転」「倒立」から「バク転」「宙返り」のような難度の高い技にもチャレンジしていきます。 体力をつけることで集中力が高まり、勉強の効率も高まります。その他ストレス解消、受験勉強を乗り切る体力作り、運動不足改善や体力アップをしたい方にもオススメです。 (50分レッスン)	四条本校	¥9,490	週1回/3ヶ月11回
養成	年中～2年	テストに合格した方対象のコースです。 体操選手となるために必要な柔軟・筋力トレーニング・技の基礎練習を中心に練習していきます。大会に出場することも1つの目標とし、経験を積み上級コースや育成コースに進めるように指導していきます。 (60分と90分の週2回レッスン)	上桂校	¥17,680	週2回/3ヶ月22回
上級	1年～中3	マット「ロンダード・転回」、跳び箱「ヘッド転回」、鉄棒「前まわり・ひこうきとび」が出来る方対象のコースです。(テスト合格者のみ) より高度な技(転回連続、ロンダードバク転、前方宙返り等)の習得を目指します。一人一人が自らの目標を持ち練習に取り組み、大会(ファイブM杯・対外試合等)に出場し、日頃の練習成果を発表していただきます。 (90分レッスン)	上桂校	¥13,370 ¥21,390	週1回/3ヶ月11回 週2回/3ヶ月22回

・全クラス別途、設備費等 ¥330、引落し手数料 ¥110(口座毎)が必要

・複数コース・クラス・週2回登録の方は月払い講習料の合計金額から10%割引