

【キッズ忍トレ道場】

月2回コース

●年中～年長

●小学1年～小学3年

☆2024年7月より小学1年～小学3年のクラスが第2第4土曜日で追加！！☆

【スポーツ塾～NOBI～】

●小学4年～小学6年

ゴールデンエイジ：5才～12才（身体能力、運動能力が著しく発達する時期）に平衡性、敏捷性を基本とした全身を使った運動をすることで、運動能力に大きな影響を与えられているとされています。

「キッズ忍トレ道場」は年中(4/2時点で満3歳以上)～小3を対象として、忍者の動きのような、飛ぶ（跳び箱）走る（かけっこ）投げる（ボール投げ）を中心に体育の基礎となる動きを取り入れながらトレーニングを行います。

「スポーツ塾～NOBI～」は小4～小6までを対象としたクラスで、あらゆるスポーツに必要な、筋力、跳躍力、瞬発力などの向上を目的にトレーニングを行います。各種スポーツでのパフォーマンスを向上したいお子様にお勧めのクラスです。

【キッズ忍トレ道場】

・年中～年長 11:30～12:15 定員：15名

※年中（4/2時点で満4歳）年長（4/2時点で満5歳）

・小1～小3 13:30～14:30 定員：20名

【スポーツ塾～NOBI～】

・小4～小6 15:00～16:00 定員：20名

会費：2,500円（税込2,750円）

場所：のびやか健康館2Fフットサルコート

開催日は、**第1・第3土曜日（1カ月2回コース）**です

※忍トレ小1～小3クラスは第2・第4土曜日のクラスもございます

※振替制度はございません。どちらかのコースでのお申し込みとなります。月4回希望の方はクラス追加となります



1回体験随時受付中

体験料

550円（税込）

担当者プロフィール



西原 愛子（にしはら あいこ）



経歴：フィットネスインストラクター歴20年
保育園や幼稚園に課外授業として
「元気クラブ」の授業を実施
「八尾大正アスレチッククラブ」開校



詳しくはお電話、またはフロントまでお問合せ下さい。