

キッズ体操教室



毎月テーマが変わります

毎月4週目に
進級テストがあるよ!

☑ 2月 JUMP(ジャンプ)

☑ 3月 MAT(マット)

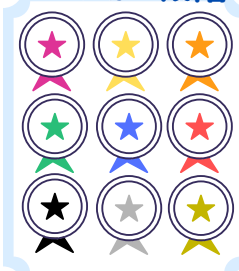
☑ 4月 RUN(走る)

☑ 5月 JUMP(ジャンプ)

☑ 6月 MAT(マット)

ミラジム

レベルが9段階



「走る・ジャンプ・マット」の
3本を柱に運動能力を高める

ウォーミングアップ

身体を温めて集中力を高め、
柔軟性を高めます!

集団コーディネーション

ゲーム性のある鬼ごっこ
やボール遊びで動いて、
協調性も身に付けよう!

ミラリズム

音楽に合わせてラダートレーニング!
マルチタスクな才能を!

サーキットコーディネーション

サーキットを
使って動こう!

毎週 水曜日

※4/29を除く

4週目以外は見学もできます

メガロスミライク



子どもの未来を育てる体育スクール
MEGALOS MIRAIKU
メガロスミライク

満員の場合はキャンセル待ちとなります>

場所 第2多目的室

参加費 **月謝制** 7000円(税込)
/月4回

時間 ① 16:00-16:45
3歳~小学生未満(未就学児)

② 17:00-17:45
小学1年生~小学3年生

持ち物 室内履き・飲み物・タオル(フェイスタオル)
体を動かしやすい服装でお越しください(着替え)

定員
各回
先着
16名

お申込み

随時受付中 ※辞める際は、講師へお申し出がない限り翌月以降も継続となります

お電話もしくは
コミュニティふらっと高円寺南の受付に
直接お越しください(10:00~17:00)

☎ 03-3316-2421

コミュニティふらっと高円寺南(愛称:ふらっとすぎはち)

東京都杉並区高円寺南2-40-24

主催: 指定管理者すぎはち共創グループ