

【コース一覧】

コース	対象	内容
キッズ	3歳～6歳	このコースは体操器具を使用して「走る、跳ぶ、回る」など基本運動スキルを習得するのに重要になるプレゴールデンエイジです。キッズコースでの基本運動能力向上をはじめ「支える、ひねる、跳び越す」など同時にいくつかの運動を合わせて行うことができるようになります。またマットでは倒立(逆立ち)系、跳び箱では小学校レベルの跳躍技、鉄棒は逆上がりをはじめ鉄棒上での応用技にも取り組みます。
ジュニア	6歳～小学生	体操教室に初めて通われる小学生や、学校体育で困らないための基礎をしっかりと学びたい方におすすめです。まずは基本的な体操の動きやポーズ、身体の使い方を習得してもらいます。体操を行う上での正しい姿勢や体幹を身につけ、体の基礎を徹底的に固めていきます。柔軟性やバランス感覚を高めるためのストレッチや、身体のコントロールを促進するエクササイズも行います。
アクロバット	小学生～高校生	既に基礎的な体操を身につけた方や、体操競技の専門的なスキルや身体能力をより高めたい方に最適です。身体をより強く柔軟に動かすためのストレッチやトレーニング、身体のコントロールを促進するエクササイズなどを行います。ハンドスプリングやバク転、バク宙といったアクロバット技を中心に、ダイナミックな動きを習得していきます。

【月会費と個別レッスン代】

コース	月会費		個別レッスン代
	月3回	月6回	
キッズ	9,800円	18,600円	9,000円
ジュニア	12,300円	23,600円	10,000円
アクロバット			

【その他の諸費用】

入会金	初回登録・事務手数料	年会費	指定品
10,000円	4,000円	6,000円	7,000円

※冷暖房費 1,500円 (夏季：7-9月 冬季：12-2月)

【体験レッスンについて】

- ・HPやGYMLAND YOSHIの窓口、電話にて受け付けております(体験費1,500円)
- ・動きやすい服装でお越しください
- ・休憩時間に飲み物が飲めるようにご持参ください