

生徒募集中!

# キッズビクス

## 3歳からのエアロビック教室



大きく育てよう!心と身体

### キッズビクスでは

リズムに合わせてカラダを動かすことで、瞬発力・持久力  
柔軟性・筋力・バランスアップの向上を目指します

「チャレンジする気持ち」

「身の回りの整理整頓」

「友達と協力する」

「あいさつ」

大切にレッスンしています

園児・基本クラスではエアロビックの基本を学び、応用クラスでは競技会への出場します

自己表現・協調性の向上を考え発表会・目標設定のため検定を行っています