

# 2月度 無料体験WEEK

## キッズ体操&ダンススクール

### ◇ベビーミライク

パパママも一緒に参加！子どもの運動センスをつくるのはもちろん、  
パパママの運動不足解消にも★

### ◇メガロスミライク

バランス、瞬発力、柔軟性等の5つの能力や運動スキル向上が目的！  
運動神経を養うプログラム！

### ◇ミライクRUN

上半身・下半身・全身を使うトレーニング  
姿勢保持、床反力、感覚神経、統合性の軸からアプローチ！！  
走る為のポイントを事前に確認し、正しい走り方をマスター！！！！

### ◇ミライクダンス

ダンスが好きになることが目的！循環器呼吸器系の向上や記憶力・集中力の向上にも◎  
学校のダンス授業の基礎要素も入っているのでダンスの自信がつく！

ベビーミライク	対象	時間	定員	内容
2/13日(木)	0歳10ヶ月～満3歳を 迎える3月末まで	9:50-10:35	各クラス 5名	赤ちゃんのうちから様々な動きを経験し 運動センスをつくります。
メガロスミライク	対象	時間	定員	内容
2/10(月) 2/11(火・祝) 2/13(木)	キッズ：3歳～年長 ジュニア：年長～小学3年生	16:00-17:00 17:00-18:00	5名 3名	ラン・ジャンプ・マット 様々な動きを行い 体を動かしていきます。
メガロスミライク	対象	時間	定員	内容
2/12(水)	キッズ1：3歳～年中 キッズ2：年中～小学1年生	16:00-17:00 17:00-18:00	各クラス 5名	ラン・ジャンプ・マット 様々な動きを行い 体を動かしていきます。
ミライクラン	対象	時間	定員	内容
2/12(水) 2/13(木)	小学3年生～中学1年生	17:00-18:00 18:00-19:00	各クラス 5名	運動の基礎でもある 「正しい走り方」をマスターします。
ミライクダンス	対象	時間	定員	内容
2/12(水)	年長～小学2年生	16:00-17:00	各クラス 5名	ダンスをしながら脂肪燃焼、筋力アップ、 記憶力や集中力の向上が期待できます。

★受付方法★ ホームページ・フロント・電話

※上記期間以外は1,100円(税込)でご体験可能です

(2/24(月)～2/27(木)は除く)

※各枠先着順での受付となりますので、お早めにお申し込みをお願いいたします。

お申し込みは  
こちら→→→



