

キッズフロア&プールプログラム

2024.4月～

曜日	時間	教室名	料金	対象	内容
月	16:00～ 16:55	こどもスイミング	月謝 4,000円	年少～小学生	初めてプールに入るお子様から、呼吸なしクロール習得までを目標とする教室です。幼児と小学生に分かれて、能力別に段階指導となりますので安心して参加できます。
	小学生以上			クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、を段階的にクラス分けし、泳力向上を目標とする教室です。能力別に段階指導となりますので、安心して参加できます。	
	小学生以上			小学生の水慣れから呼吸無しクロールまでと、4泳法の泳力向上とスピードを身に付けていくクラスに分かれ、それぞれの目標に向かって能力別に練習していく教室です。	
	17:00～ 18:30	キッズ卓球	月謝 3,000円	小学生	卓球の基本打ちから徐々にレベルアップを目指します。初めてのお子様から気軽に参加できます。
	17:00～ 18:30	ポアルース長野 フットサル	月謝 4,000円	小学4年生～ 小学6年生	県内プロチーム『ポアルース長野』のフットサル教室です。フットサルの楽しさを指導し、基礎技術、個人技術の習得と向上を図ります。
水	16:00～ 16:55	こどもスイミング	月謝 4,000円	年少～年長	初めてプールに入るお子様から、クロール習得までを目標とする教室です。能力別に段階指導となりますので安心して参加できます。
	小学生以上			水慣れからクロール、背泳ぎ習得までを目標とする教室です。能力別に段階指導となりますので安心して参加できます。	
	小学生以上			平泳ぎ、バタフライの習得とともに、4泳法の泳力向上、スピードを身に付けていく教室です。	
	16:00～ 16:50	キッズバレエ	月謝 4,000円	幼児	バレエの基本動作をとり入れて音楽に合わせて楽しくレッスンしていきます。これからバレエを始めたいお子様にお勧めです。
	17:00～ 18:15 18:00～ 19:15	ジュニアバレエ	月謝 4,000円	小学1年生～ 小学3年生 小学4年生～ 中学生	バレエの基本動作をとり入れて音楽に合わせて楽しくレッスンしていきます。バレエ等を取り入れ、しなやかに踊ることを目標としていきます。
木	16:00～ 16:55	こどもスイミング	月謝 4,000円	未満児～年長	初めてプールに入るお子様から、クロール習得までを目標とする教室です。少人数で能力別段階指導となりますので、おむつが外れて親御さんから離れても大丈夫なお子様から安心して参加できます。
	小学生以上			水慣れからクロール、背泳ぎ習得までを目標とする教室です。能力別に段階指導となりますので安心して参加できます。	
	小学生以上			平泳ぎ、バタフライの習得とともに、4泳法の泳力向上、スピードを身に付けていく教室です。	
	16:05～ 16:50	幼児HIP-HOP	月謝 3,000円	2歳～ 小学1年生	音楽に合わせて踊ることで、運動神経の発達やリズム感など、さまざまなことが身につけられる教室です。
	16:55～ 17:55 18:00～ 19:00	キッズHIP-HOP	月謝 4,000円	小学2年生～ 初心者向 小学4年生～ 中学生	音楽に合わせて踊ることで、運動神経の発達やリズム感など、さまざまなことが身につけられる教室です。初級コースなので初めての方も安心して参加できます。
	16:00～ 17:00	信州ブレイブ ウォリアーズ バスケット教室	月謝 5,000円	年中～ 小学3年生	県内唯一のプロバスケットボールチーム『信州ブレイブウォリアーズ』公認のバスケットボール教室です。バスケットボールの楽しさを指導し、基礎技術、個人技術の向上を図ります。また、チーム登録をしない教室ですので、チーム等に所属していても参加できます。
	17:15～ 18:45		月謝 5,500円	小学4年生～ 中学生	
17:00～ 18:30	ジュニアフットサル	月謝 3,000円	小学1年生～ 小学3年生	ボールを通じて、運動する楽しさやチームワーク、礼儀などを学んでいきます。サッカーを教わるのは初めてというお子様でも安心して参加できる内容になっています。	
金	16:00～ 16:55	こどもスイミング	月謝 4,000円	年少～年長	初めてプールに入るお子様から、クロール習得までを目標とする教室です。能力別に段階指導となりますので安心して参加できます。
	小学生以上			水慣れからクロール、背泳ぎ習得までを目標とする教室です。能力別に段階指導となりますので安心して参加できます。	
	小学生以上			平泳ぎ、バタフライの習得とともに、4泳法の泳力向上、スピードを身に付けていく教室です。	
	17:00～ 18:00 18:00～ 19:00	KAWAI体操	月謝 4,000円	年少～ 小学1年生 小学2年生～ 小学6年生	からだを使った運動あそびを通じて基礎体力・運動機能を発達させ、同時にコミュニケーション力や社会性を育みます。
	18:15～ 19:15	ジュニアバレエ	月謝 4,000円	小学1年生～ 中学生	バレエの基本動作をとり入れて音楽に合わせて楽しく教室していきます。バレエ等を取り入れ、しなやかに踊ることを目標としていきます。
土	9:00～ 9:55	こどもスイミング	月謝 4,000円	未満児～年長	初めてプールに入るお子様から、クロール習得までを目標とする教室です。少人数で能力別段階指導となりますので、おむつが外れて親御さんから離れても大丈夫なお子様から安心して参加できます。
	幼児～小学生			初めてプールに入るお子様から、クロール習得までを目標とする教室です。能力別に段階指導となりますので安心して参加できます。	
	小学生以上			クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライと4泳法を段階的にクラス分けし、指導していきます。能力別に指導していくので安心して参加できます。	
	9:55～ 10:40	幼児HIP-HOP	月謝 3,000円	幼児	音楽に合わせて踊ることで、運動神経の発達やリズム感など、さまざまなことが身につけられる教室です。
	10:45～ 11:35	キッズHIP-HOP	月謝 4,000円	小学生	音楽に合わせて踊ることで、運動神経の発達やリズム感など、さまざまなことが身につけられる教室です。初級コースなので初めての方も安心して参加できます。

【お問い合わせ先】 南長野運動公園 体育館・プール TEL : 026-293-4048

〒388-8002 長野市篠ノ井東福寺320 指定管理者/南長野スポーツマネジメント共同事業体 代表企業シンコースポーツ株式会社