



ご見学もできます

3/25(月)~

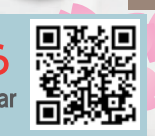
無料

体験会

好評受付中!

子供は体操 大人はヨガ

ご予約はこちらから  
https://airsv.net/bbchigasaki/calendar



体験会日程

※4月1日(月)・4月7日(日)全帯設クラス体験無料  
※体験会常設クラス共に定員がございます。

3月25日	対象	小学1・2年生 9:30~10:30 3才~未就学児 10:45~11:45
3月26日	対象	小学1・2年生 9:30~10:30 3才~未就学児 11:45~12:45 小学1・2年生 13:00~14:00 小学3~6年生 14:15~15:15 小学3~6年生 15:30~16:30
3月27日	対象	小学1・2年生 9:30~10:30 3才~未就学児 10:45~11:45 シンプルヨガ 13:00~14:00 小学1・2年生 14:15~15:15 小学1・2年生 15:30~16:30 小学3~6年生 16:45~17:45
3月29日	対象	やさしいヨガ 10:00~11:00 3才~未就学児 11:30~12:30 小学1・2年生 13:00~14:00 小学3~6年生 14:15~15:15 小学3~6年生 15:30~16:30
3月31日	対象	小学1・2年生 9:30~10:30 3才~未就学児 10:45~11:45 小学1・2年生 13:00~14:00 小学1・2年生 14:15~15:15 小学3~6年生 15:30~16:30

START 会員特典 4/14(日)までに  
入会すると

年会費  
初回月会費 **0円**

※大人クラスは入会事務手数料が  
無料になります

スクール  
Tシャツプレゼント!

さらに!  
先着50名様にはスクールバッグもプレゼント!!

biima sportsの入会特典は別途ご案内となります

子ども体操

biima sports (幼児)

3才児~未就学児

早稲田大学の教授陣と「運動能力」と「非認知能力」を科学的に高めるプログラムを共同開発した総合型キッズスポーツスクール【biima sports(ビーマスポーツ)】のカリキュラムを実施します。

小学生 (低学年 / 中高学年)

低学年クラス/1・2年生 中高学年クラス/3年生以上

運動に必要な「体」「道具」「人」「空間」を操る【4操】と「観察力」「思考力」「判断力」を養い【脳で汗をかく】をテーマに、マット運動、とび箱、鉄棒、ポール運動や縄跳びなどを取り入れながら運動能力や人間性を育てます。

Jr. スポーツコンディショニング

中学生以上

成長期の身体に必要な運動をバランス良く行い、基礎体力の向上から、様々なスポーツのレベルアップのためのトレーニングを楽しめます。部活も絶対調!体育の授業も好きになる!

親子クラス

3才~未就学児

お母さん、お父さんと一緒に安心!運動や遊びでお子様の体と脳の発育を促します。お父さんもお母さんも運動不足解消!楽しく体を動かしてスッキリ!

週間レッスンスケジュール

9:00	月	火	水	木	金	土	日
10:00	健康体操	女性のための姿勢改善ストレッチ			やさしいヨガ	biima sports	biima sports
11:00		スタイルアップエクササイズ				小学生体操低学年	親子BBストレッチ
12:00							
13:00	シンプルヨガ				健康体操	小学生体操低学年	小学生体操低学年
14:00						小学生体操低学年	小学生体操低学年
15:00	biima sports	biima sports		biima sports	biima sports		
16:00	小学生体操低学年	小学生体操低学年		小学生体操低学年	小学生体操低学年		体験会またはイベント
17:00	小学生体操中高学年	小学生体操中高学年		小学生体操中高学年	小学生体操中高学年		
18:00	Jr.スポーツコンディショニング			Jr.スポーツコンディショニング			
19:00							
20:00							

子どもクラスにご参加の際は指定用品をご用意いただきます。

会費

大人クラス			子どもクラス		
クラス名	入会事務手数料	月会費	クラス名	入会金	月会費
健康体操		6,500	biima sports	13,889	8,519
やさしいヨガ		6,500			
女性のための姿勢改善ストレッチ	2,000	6,500	小学生体操低学年		6,500
シンプルヨガ		6,500	小学生体操中高学年	3,000	6,500
スタイルアップエクササイズ		6,500	Jr.スポーツコンディショニング		6,500
親子クラス					
クラス名	年会費	月会費			
親子BBストレッチ	3,000	6,500			

大人クラス

やさしいヨガ

初めての方、体力に自信がない方、体の硬い方でも安心してご参加いただけます。ゆったりとした呼吸と動きの心地よさを感じてみましょう。産後の体調管理に苦労されている方にもオススメです。

女性のための姿勢改善ストレッチ

身体の痛みが付きやすい骨格の歪みを、簡単なエクササイズとストレッチで、骨盤を中心に整えていくクラスです。

女性限定

シンプルヨガ

忙しい現代生活で凝り固まった筋肉をほぐし、関節を動きやすくします。ゆっくりとした呼吸法と無理のない簡単なポーズでバランスの良い身体を作りましょう。

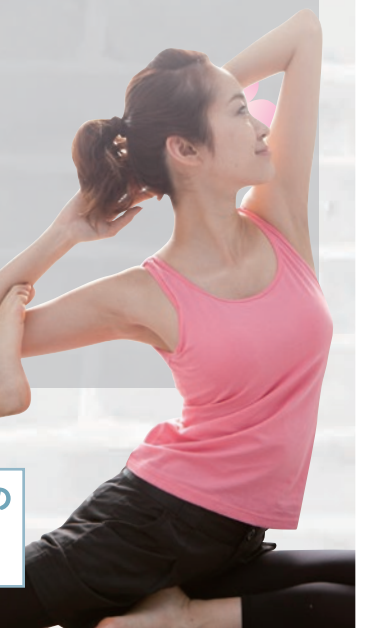
スタイルアップエクササイズ

良い姿勢づくりや柔軟性の向上による血行促進など、バランスのとれた健康的な身体づくりを目指すクラスです。

女性限定

健康体操

関節の可動域を広げ、筋肉のハリ、張りをほぐす体操です。運動がはじめての方でもお気軽にご参加ください。運動をすると、ココロもカラダも軽くなりますよ。



入会時にご用意いただくもの

- 初年度年会費  
大人クラスの方は入会事務手数料
  - 銀行の通帳と届出印(口座番号)
  - 自動振替までの月会費(1~2ヶ月分)
- ※biima sports クラスは別途ご案内となります。