



**\*注意\***  
電力事情にともない講座を中止する場合がございます。ご了承の上お申し込みいただきますようお願い致します。




## ほっとプラザはるみ キッズクラス4月～6月有料講座のご案内


### キッズフィットネス

キッズフィットネス (幼児3～4歳) 担当：遠藤 (スタジオプログラム)	家以外ではなかなかできない「裸足」で運動をおこなっていきます。裸足で運動することで脳の活性化、足を地で踏むことで感覚を養いバランスや全身の運動能力を高めていきます！ *必ず保護者の方の送り迎えが必要です。着替えの際は付き添いをお願いします。	火曜日：15：00～15：45 各講座全10回登録：10,000円 事前登録のみ、途中参加不可 定員：10名	4/10,17,24 5/15,22,29 6/5,12,19,26 (全10回)
キッズフィットネス (幼児5～6歳) 担当：川上 (スタジオプログラム)	ボール、大縄、なわとび、ミニハードル、コーンなどを使用した複合運動。持久力、敏捷性等の身体機能だけでなく、団体での行動の中で協調性も身につけていくプログラム。 *必ず保護者の方の送り迎えが必要です。着替えの際は付き添いをお願いします。	水曜日：16：00～17：00 各講座全10回登録：10,000円 事前登録のみ、途中参加不可 定員：10名	4/11,18,25 5/16,23,30 6/6,13,20,27 (全10回)

### キッズスイム(小学生)

キッズスイムA (小学校1～3年生) 担当：石會根 (プールプログラム)	小学校1～3年生を対象に顔付けクロールを練習していきます！ (水の中では3次元の動きを必要とするのでスポーツに必要なバランス感覚をつけることもできます)	A：水曜日：16:00～17:00 各講座全10回登録：15,000円 事前登録のみ、途中参加不可 定員：15名	4/11,18,25 5/16,23,30 6/6,13,20,27 (全10回)
キッズスイムB (小学校1～3年生) 担当：大竹 (プールプログラム)		B：金曜日：16:00～17:00 各講座全10回登録：15,000円 事前登録のみ、途中参加不可 定員：15名	4/13,20,27 5/11,18,25 6/1,8,15,22 (全10回)

### キッズスイム(幼児)

キッズスイムA (幼児3～6歳) 担当：石會根 (プールプログラム)	幼児3～6歳を対象に、水中移動、顔付け、けのびを練習していきます。水の中で体を操る感覚、よい泳ぎのフォームを子供の頃に身につけておけば一生忘れることはありません。早い段階での水慣れにオススメです。 *必ず保護者の方の送り迎えが必要です。着替えの際は付き添いをお願いします。	A：火曜日：16:00～17:00 各講座全10回登録：15,000円 事前登録のみ、途中参加不可 定員：10名	4/10,17,24 5/15,22,29 6/5,12,19,26 (全10回)
キッズスイムB (幼児3～6歳) 担当：田中 (プールプログラム)	*必ず保護者の方の送り迎えが必要です。着替えの際は付き添いをお願いします。	B：木曜日：16:00～17:00 各講座全10回登録：15,000円 事前登録のみ、途中参加不可 定員：10名	4/12,19,26 5/10,17,24,31 6/7,14,21 (全10回)
キッズスイムC (幼児3～6歳) 担当：大竹 (プールプログラム)		C：月曜日：15:00～16:00 各講座全9回登録：13,500円 事前登録のみ、途中参加不可 定員：10名	4/9,16,23 5/14,21,28 6/11,18,25 (全9回)

「ほっとプラザはるみ」

中央区晴海5-2-3

03-3531-8731

<http://www.chuo-hot.com/>

**指定管理者**  
**株式会社 山武**