

♪クラシックバレエ教室♪

【開催曜日】

月曜日

【開催時間】

(幼児クラス) 17:00-17:45
(小学生クラス) 18:00-18:45

【料金】

回数×1,100円(税込)
(例. 4回開催月:4,400円)

バレエの基礎から学び、踊る楽しさを学びます。
正しい姿勢や集中力も身につきます。

【講師】 Mio

【ご挨拶】

クラシックバレエの楽しさや自分を
表現することの素晴らしさを
知っていただけたらうれしいです。
キラキラとした世界で楽しく踊ってみませんか。



【お問合せ】さんぶの森元気館 0475-80-9300

★ジャズダンス教室★

【開催曜日】

火曜日

【開催時間】

(幼児クラス) 16:30-17:20

(小学生クラス) 17:30-18:20

【料金】

回数×1,100 (税込)

(例. 4回開催 : 4,400円)

ジャズダンス はバレエを基礎としつつ多様なジャンルの曲を踊ります！
TDLやUSJ等のショーのダンスや歌手のバックダンサーが
踊っているものもジャズダンスになります。

【講師】 CHI-BOW (ちーぼう)

【ご挨拶】

これまでたくさんの子供たちにダンスを教えてきました。
ちょっと興味あるけどできるかな？と不安な人も大丈夫。
きっと踊れるようになりますよ。一緒に楽しく踊りましょう★
皆さんに会えるのを楽しみにしています。

【プチ情報】

現在、ジャイアンтの新曲「ジャイアントドリーム」の振付け、レクチャー動画を担当。

※ドラえもんチャンネルYouTube

・ジャイアントドリーム https://youtu.be/_s204uleqA4

・レクチャー動画 <https://youtu.be/qeD5efRHjcg>



【お問合せ】さんぶの森元気館 0475-80-9300



ジュニアファンク

毎週水曜日☆幼児～小学校低学年のダンスクラス♪

ホップ

16:30-17:20

ダンス初めて幼児さんクラス☆

リズムにのって体を動かす
楽しさを知ってもらいながら、
きちんと挨拶する事、メリハリで
集中力をつけるレッスンを目指して
います。

ステップ

17:25-18:15

ダンスにちょっと慣れてきた
クラス☆
レベルも少し上がってきます！

ストレッチや筋トレ、体の使い方の練習は
ダンス以外にも役立ちます！
振付の練習は記憶力も高めてくれます！
「出来なかったことができるようになる」
を繰り返してどんどん自信をつける☆

料金

回数×1,100円

例) 4回開催月⇒4,400円

さんぶの森元気館 多目的室

3ヶ月に1度定期的にお教室内で
発表会を開催してます！

場所

担当：小林 里葉



詳しくはフロント、または電話にてお問合せください。

さんぶの森元気館

TEL：0475-80-9300



ジュニアファンク

毎週土曜日☆小学校中学年～のダンスクラス♪

ジャンプ

12:30-13:30

小学校2年生からのメンバー☆
ストレッチ・筋トレ・リズムトレーニング
などの基礎をしっかり身につけます！
振付に入るステップの練習も細かく
練習していきます！また、クラス内で
チーム分けをして発表し合ったり、
お互いに刺激を受け吸収する事でスキル
アップを目指します！

スター

13:35-14:35

小学校4年生からのメンバー☆
基礎の練習をしながら複雑な振付やフォー
メーションが中心になっていきます！
ダンスで使われるステップ名や音楽に対し、
どのように表現すればよいのかなど更に
レベルアップを目指します！
また身体の柔軟性やバランス、体力の向上に
記憶力や責任感など、ダンス以外の事も
望めます！

料金

回数×1,100円

例) 4回開催月⇒4,400円

担当：今関 麻衣果

さんぶの森元気館 多目的室

3ヶ月に1度定期的にお教室内で
発表会を開催してます！

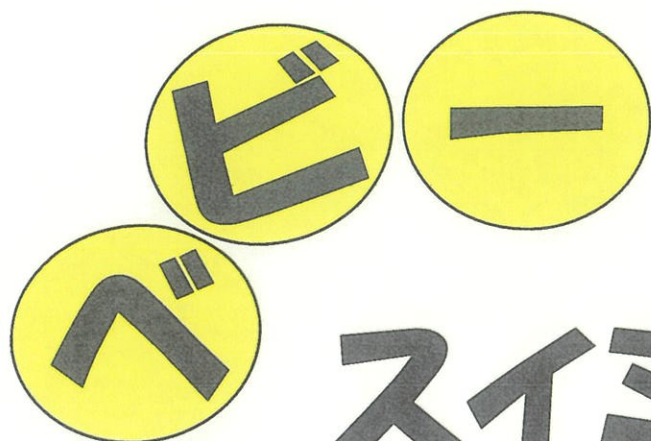
場所



詳しくはフロント、または電話にてお問合せください。

さんぶの森元気館

TEL：0475－80－9300



スイミング教室

<対象>

0歳6カ月～2歳0カ月までのお子様と保護者
(お子様一人につき、保護者一名の付き添いが必要です)

<内容>

親子でお友達と一緒に水慣れ水遊び。
お子様のペースに合わせて楽しんでいただけます。
後半はフリータイム。おもちゃで遊べます。

<日時>

毎週木曜日 9:30～10:15

<参加費>

1,100円(参加日にお支払い)
※お風呂ご利用時は1,650円

<持ち物>

水着・スイムキャップ・水遊び用おむつ
アームフローター(お持ちの方)・タオル
替えおむつ・水分



○ご参加にあたって下記事項にご注意下さい○

- ・月4回のうち、参加できる日にちを前月に提出頂きます。
- ・当日お休みの場合、当日中にご連絡がないと参加費がかかります。

お問い合わせ さんぶの森元氣館 0475-80-9300





子供水泳 教室

元気館の子供水泳教室は小学生を対象に、何歳からでも水に慣れていくところから始められるお教室です！プールが好きな子もそうでない子も、一緒に楽しみながら泳力を身に付けてみませんか？

月曜日クラス	17:15~18:15
火曜日クラス	17:15~18:15
水曜日クラス	17:15~18:15
木曜日クラス	17:15~18:15
土曜日クラス	16:00~17:00

毎週

※基本
月4回

クラスにレベルはございません。

クラス内で練習内容の進捗別に分け、それぞれ担当コーチがつきます。



☆見学・体験受付中です。

(体験料は1,100円を頂戴致します。※1回限り)

対

象

小学1年生から
6年生のお子様

料

金

お月謝：1,100円 × 開催回数/月

※基本月4回ですが、都合により開催回数が多い月、少ない月がございます。

(例) 1,100円 × 4回/月 = 4,400円



持

ち

物



- ・水着
- ・スイムキャップ
- ・ゴーグル
- ・タオル

クラス状況によりご希望の曜日に
ご会いただけない場合がございます。
その場合はキャンセル待ちになります。
空き状況やお教室についてのご質問など
お気軽にお問合せ下さいませ。

さんぶの森元気館

TEL 0475-80-9300

書道教室

毎週火曜日

時間: 17時15分～18時15分

月謝: 3,200円(税込)

定員: 10名

対象: 小学1年生～6年生

持ち物

- 習字道具
- 新聞紙
- 半紙



体験受付中 1回550円

△習字道具は持参でお願いします。

△お子様のみ参加となります。

講師: 櫻井 紫保

集中力を高め、字を書く楽しさ
おもしろさを学べます。

少しでも興味を持ったお子様♡
一緒に書道をやってみませんか?
参加お待ちしております。



【お問合せ】 さんぶの森元氣館 ☎0475-80-9300