

# TAC 籠原 スクールスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
9:00							
10:00						ヨチヨチ (1歳半~3歳未満) 9:30~10:30	
11:00	ピヨピヨ (1歳~2歳未満&保護者) 10:30~11:15	産後シェイプ (保護者&2ヶ月~1歳) 10:00~11:00		ピヨピヨ (1歳~2歳未満&保護者) 10:30~11:15	ヨチヨチ (1歳半~3歳未満) 10:15~11:15	小学生体操 (小学生) 10:00~11:00	
12:00	ヨチヨチ (1歳半~3歳未満) 11:30~12:30	〈奇数の週〉 ストレッチ エクササイズ (成人) 11:30~12:30		ヨチヨチ (1歳半~3歳未満) 11:30~12:30	のびのび (未就園児3歳) 11:30~12:30	のびのび (満3歳) 10:40~11:40	わんぱく (年中~年長) 11:10~12:10
13:00						のびのび (年少) 11:50~12:50	のびのび (満3歳~年少) 12:20~13:20
14:00						小学生体操 (小学生) 13:00~14:00	ふわふわトランポリン (小学生) 13:35~14:35
15:00	ふわふわトランポリン (年少~年長) 15:00~16:00	のびのび (就園児3歳&年少) 14:50~15:50	のびのび (就園児3歳&年少) 15:00~16:00	わんぱく (年中~年長) 15:00~16:00		小学生体操 (小学生) 14:10~15:10	
16:00	ふわふわトランポリン (小学生) 16:10~17:10	わんぱく (年中~年長) 16:00~17:00	わんぱく (年中~年長) 16:10~17:10	小学生体操 (小学生) 16:10~17:10	わんぱく (年中~年長) 15:30~16:30	アカrobat対策 (小学生~) 15:20~16:20 ※登録条件あり	
17:00	小学生体操 (小学生) 17:20~18:20	小学生体操 (小学生) 17:10~18:10	小学生体操 (小学生) 17:20~18:20	アカrobat対策 (小学生~) 17:20~18:20 ※登録条件あり	クラシックバレエ (3歳~年長) 16:50~17:50	わんぱく (年中~年長) 16:30~17:30	
18:00		観己流護身空手 (年長~成人) 18:15~19:15		アカrobat (小学生~) 18:30~20:00 ※テスト合格者のみ	クラシックバレエ (小学生~) 17:55~18:55	小学生体操 (小学生) 17:40~18:40	
19:00	アカrobat対策 (小学生~) 18:30~19:30 ※登録条件あり		アカrobat (小学生~) 18:30~20:00 ※テスト合格者のみ	アカrobat (小学生~) 18:30~20:00 ※テスト合格者のみ		キッズダンス (年長~) 18:50~19:50	
20:00							

# TAC 籠原 スクールスケジュール

## 料金表

コース名	内 容	月会費(税込)		
		週1回	週2回	週3回
ピヨピヨ (45分) 1歳～2歳未満 & 保護者	歩き始めて動きたい盛りのお子様の発育に応じた体力の向上とお母様とのスキンシップを目的としています。	5,720円	8,260円	—
ヨチヨチ (60分) 1歳半～3歳未満	歩く・走る・跳ぶ等の基本運動を元に、子どもの自発的な活動を尊重しながら、マット・平均台・はしご等を使って運動機能を高めると同時に、自尊心を養います。			
のびのび (60分) 未就園児3歳～年少	未就園児3歳～年少対象の幼児体操。鉄棒・マット・跳び箱・ボール・なわとび等を使い、身体を動かすことの喜びを身に付けると共に、独立心・積極性・協調性といった社会性の育成も行います。			
わんぱく (60分) 年中～年長	「元☆アップトレーニング※」を実施し、あらゆるスポーツに必要な基本動作を段階的に習得するクラス。 ※①「身体の上め」である筋肉の反応を良くする能力のアップ。②「身体の操り方」である筋と神経を連動させるコーディネートのアップ。③「防衛・回避」である瞬時に判断し実行する能力のアップ。④「自ら考え工夫する」という発想力のアップ。 4つの要素を取り入れ、スポーツのコツ・身体の基盤作りなど、総合的に子どもの運動能力を向上させるプログラムです。	7,620円	10,160円	12,700円
小学生体操 (60分) 小学生				
アクロバット対策 (60分) 小学生～ ※登録条件あり	アクロバットクラスに入るためのテスト対策クラス。 その他、体幹トレーニングを基本としたスポーツに必要な身体の基盤作りを目的としています。 ※登録条件あり			
アクロバット (90分) 小学生～ ※テスト合格者のみ	マット運動のタンブリング(バク転・宙返り等の連続技)の習得を目指します。 ※テスト合格者のみ	10,040円	12,580円	15,120円
観己流護身空手 (60分) 年長～成人	観己流護身空手は、突き・蹴り・受け・型を基本に関節技・受け身なども習得する相手主体の実戦空手を目指します。「自分の身は自分で護り大切な人を護れる護身術を習得しよう」楽しみながら「優しい心」と「強い気持ち」を育む空手教室になります。	7,620円	10,160円	12,700円
ふわふわトランポリン(60分) 年少～小学生	空気圧で膨らませたビニール製の「ふわふわトランポリン」を使用して、空中でバランスをとりながらの調整力・身体全体のバランス力・体幹力・跳躍力を養い、様々なスポーツへ対応できる身体作りをしていきます。			
クラシックバレエ (60分) 3歳～小学生	クラシックの音楽に合わせて元気で明るく、きれいで正しい姿勢が身に付きます。	8,890円	11,430円	13,970円
キッズダンス (60分) 年長～	HIPHOP や JAZZ 等のダンスを行い、リズムの取り方や基本ステップなど、分かりやすく指導し、更に楽しい振付でカット良く踊れるように指導します。			
産後シェイプ (60分) 2ヶ月～1歳 & 保護者	ヨガをベースとしたリラクゼーションや、ソフトジムを使用した骨盤修正・体幹トレーニングを赤ちゃんの目線に近いフロアエクササイズとして行います。		1,150円 / 1回 6,300円 / 6回	
ストレッチエクササイズ(60分) 成人 < 奇数の週 >	「身体に意識を向けて体の快適さを身につける」 小さな柔らかいボールを使いながら、関節を滑らかな動きに導きます。腰・肩・膝・坐骨が気になる方におすすめです。 ※お子様連れでも受講できます。			登録制 1回 1,150円

### 入会時に必要なもの

- ・入会金
- ・月謝(2ヶ月分)
- ・年間施設費
- ・銀行届出印
- ・口座番号のわかるもの(銀行又は郵便局)

### 入会金

3,300円

### 年間施設費

4,660円

### 体験(1回)

1,000円

### TAC 指定体操着(上下)

5,090円

### TAC 指定バッグ

1,810円

※のびのびクラス～

※各クラスの詳細につきましては、お気軽にお電話にてお問い合わせください。

※体操種目については体操着代・バッグ代・スクールノート代・ノートカバー代が別途必要になります。詳しくはお問い合わせください。

※表示価格は全て税込価格です。

2024年10月11日 改定