

子ども・ベビー・ママ向け運動教室体験会

アスレチックトレーニング教室

こどもの運動神経が良くなる黄金期に「走る」「投げる」「跳ぶ」「リズムに合わせて動く」などの36系統の多彩な運動体験を楽しく行います。理学療法士で子供や大人のトレーニング指導経験豊富なインストラクターによる教室です。遊びを通じて子供の成長を図ります。

教室申込を検討しているお子様に、教室内体験会をご用意しております。

10月体験会 10/15(木)・22日(木)・29(木)

11月体験会 11/5(木)・12(木)

体験料 **500円** (お一人様 何度でも)

【クラス紹介】月4回 4,400円(税込)

開催曜日 毎週木曜日(月4回)

年少～年長クラス 16:45～17:30(45分)

小1～小2クラス 17:45～18:45(60分)



ベビーマッサージ教室

お母さんが赤ちゃんとふれあいながら「心と体のコミュニケーション」を図る方法を講師が紹介します。楽しく安全に実践する運動教室です。

シューズは不要ですが、バスタオルを必ずご持参ください。

教室申込を検討しているお子様に、教室内体験会をご用意しております。

【対象：初回時に0歳2か月～1歳0か月のお子様と母親】

火曜コース体験会 9:45～10:45

10/20・10/27・11/10

水曜コース体験会 11:15～12:15

10/21・10/28・11/4

体験料 **500円** (期間中何度でも)

【クラス紹介】10回 6,600円(税込)

開催曜日 毎週火・水曜日(いずれか)



ママエアロ教室

お子様とお母さんが一緒に参加でき楽しく体を動かせるエアロビクス教室です。教室申込を検討しているお子様に、教室内体験会をご用意しております。

【対象：初回時に1歳0か月～3歳0か月のお子様と母親】

【水曜日】14:05～15:05

体験料 **500円** (税込)

体験日 10/20・10/27・11/10

10回コース **3か月** 6600円

定員 12組 24名



新型コロナウイルス 感染防止対策実施しています。



体験のお申込みは事前にご予約が必要です。

ホルトホール大分トレーニングルーム

お申込みはお電話で 097-576-8883