

JUNIOR DANCE SCHOOL

ジュニアダンススクール

ストリートダンス HIPHOP

レッスンの様子を動画で
ご覧いただけます。



ビギナークラス

ビギナークラスは4歳から小学2年生までを基本として、ダンス初心者や低年齢のお子様を対象として、リズム感を養う15個の基本ステップを取得していきます。

ベーシッククラス

ベーシッククラスは小学3年生以上で、基礎体力をもったお子様を対象としています。ビギナーの基本ステップ15個と合わせて全26個の基本ステップとアイソレーションを習得していきます。

ぐんぐん伸びる カラダのための習い事

HIPHOPを中心とした26個の基本ステップとアイソレーションを習得しながら、リズム感や全身バランス、敏捷性、柔軟性などを身につけることを目的として、振り付け練習やダンスのトレーニングを行います。

1曲の振り付けは2ヵ月で更新されるため、子ども達は目標感や達成感を保ちながら練習を続けることができます。また、基本ステップの習得度確認にスタンプカードを採用し、目に見える形で習得度を測りながらチャレンジする気持ちを養っていきます。カラダの発達に非常に重要なゴールデンエイジ期に普段生活の中では行わない様々な運動をすることで神経系を大きく発達させることに役立ちます。

無料体験会開催!

9/22(金)

定員：各15名

16:30 ~ 17:30 (ビギナークラス)

17:30 ~ 18:30 (ベーシッククラス)

9/29(金)

定員：各15名

16:30 ~ 17:30 (ビギナークラス)

17:30 ~ 18:30 (ベーシッククラス)

10月から定期クラスを
スタートします!

映像レッスンを 気軽にはじめよう!

「フィットキャスト」

FITCAST

FITCASTとは、フィットオンラインスタジオ FITNET (フィットネット) のオンラインレッスンがスタジオ内の大型スクリーンに映し出されるシステムです。映像の中のインストラクターと一緒にグループレクササイズをお楽しみいただけます。インストラクターがリアルにレッスンを行う「LIVE レッスン」と「ビデオ映像」を配信する2種類のレッスンがございます。スタジオ初心者の方や入ってみたいレッスンにチャレンジしてみましょう!

- メリット① 150 インチの大型スクリーンでインストラクターが見やすい!
- メリット② 照明が暗いから初心者の方も入りやすい!
- メリット③ 間違えても OK / 指摘されないから、自分のペースで!
- メリット④ 一般利用でも1回200円で受講できます。

*会員様はすべてのレッスンを無料で受講できます。

一般利用者の参加方法

- ▶ 発券機で「FITCAST 一般参加料」のチケットを200円でご購入ください。
- ▶ 受付にて番号札と引き換えしますのでチケットをお渡しください。
- ▶ スタジオプログラムの「LIVE」「ビデオ」レッスンのお時間になりましたら、スタジオへお越しください。

プログラムスケジュールはこちらから

