

【スイミングスクール】

＊6ヵ月～中学生＊

スクール名	時 間	内 容	対象年齢	対象級	開講曜日・時間		進級テスト
ベビースイム	40分	保護者様とお子様がスキンシップをはかり楽しみながら水に慣れるように練習をしていきます。	6か月～3歳		水 土	11:20～12:00 10:20～11:00	ありません
スイムキッズ	40分	お子様の1人立ちを目標に遊びの中で自然に水に慣れていくように練習を行ないます。	3・4歳		火 金	14:40～15:20	
キンダージュニア スイムA	60分	水泳の基本となる水慣れ～個人メドレーを習得します。 お子様の年齢や級に応じた泳ぎの練習を段階的に行なっています。	3歳～小学生	B1～Z0	火～金 土	15:30～16:30 13:00～14:00	2ヶ月（偶数月）に1回行ないます。
キンダージュニア スイムB	60分	水泳の基本となるグライド～個人メドレーを習得します。 お子様の年齢や級に応じた泳ぎの練習を段階的に行なっています。	3歳～小学生	A1～D7	火～金 土	16:30～17:30 14:00～15:00	
ジュニアスイム	60分		小中学生	A1～D7	火～金 土	17:30～18:30 15:00～16:00	
ステップアップ スイム	60分	クロール25mを習得されたお子様で、タイムアップを目標とはせず、各泳法のフォーム矯正を目的として行います。	小中学生	A1～C4	日	11:00～12:00	ありません
スーパージッピー （育成）	60分	4泳法を主体にキック強化を行い段階的にストローク技術の習得をはかります。 Zip水泳大会・未公認外部水泳大会へ参加をします。	小中学生	A6以上	火～金 土	17:30～18:30 15:00～16:00	
スーパージッピー （選手）	90分	全国大会出場を目標に年齢に応じた泳法技術習得 ・スピードアップのための練習を行ないます。 公認・公式外部水泳大会に参加します。	学年に応じた基準タイムあり		火～金 土	18:30～20:00 16:00～17:30	

＊ベビースイム・スーパージッピー（育成・選手）を除く、各スクールの練習開始から5分間は、体操の時間となります。

【体育・カラテスクール】

＊ 3歳～中学生 ＊

スクール名	時 間	内 容	対象年齢	開講曜日・時間		テスト
リトル体育	40分	体育器具を用いて楽しみながら運動を行います。遊びを通して基礎体力と運動能力を高めます。	3・4歳	水 金	14:45～15:25 14:30～15:10	ありません
キッズ体育	60分	学校の体育授業に合わせた様々な種目の運動を楽しく行います。 「マット運動」「跳び箱」「鉄棒」などを使用し、成長に合わせた技の習得を目指します。 基礎体力と技術を身に付け、カラダの動かし方 瞬発力や柔軟性・バランス感覚などを養い 運動神経の構築を行っていきます。	年中・年長	火・木 火・金 土	14:30～15:30 15:30～16:30 12:00～13:00	3ヶ月に1回 レベルテストを 行ないます。 春と秋の2回 体力テストを 行います。
ジュニア体育A	60分		小1・小2	火 土	16:30～17:30 15:00～16:00	
ジュニア体育B	60分		小1～小3	木	15:30～16:30	
ジュニア体育C	60分		小3～小5	火	17:30～18:30	
ジュニア体育D	60分		小2～小5	土	14:00～15:00	
ジュニアボール	60分	ミニバスケット・ミニサッカー・ドッジボール等のボール運動を通してチームプレーやポジション意識させた実践的な動きを学びます。	小3～小6	水	16:30～17:30	ありません
ジュニアボールLite	60分	ミニバスケット・ミニサッカーを中心に基礎的なボールの扱いやルールを学び、を基礎技術の向上を目指します。	小2～小5	土	10:30～11:30	
ジュニアボールEX	60分	高学年に求められる実践的な動きから、より細かい動きの習得や技術向上に加え、基礎体力づくりを目的としたプログラムを行います。	小5～中学生	土	16:00～17:00	
カラテA	60分	丸興志館の講師が指導いたします。 「突き、蹴り、受け」などの基本練習から実践的な組み手まで行います。	年中～小学生	水	15:30～16:30	昇級審査があります。 時期については別途お知らせいたします。
カラテB	60分	体力、技術だけではなく挨拶、礼儀、精神面からの強さを身につけます。	小学生	水・金 金	16:30～17:30 17:30～18:30	
カラテ特訓	60分	※カラテ特訓は、選手育成コースとなります。	小中学生	土	18:00～19:00	

スポーツクラブZip麻生 【Zippyスクール紹介】

【スタジオスクール】

＊ 1 歳～中学生 ＊

スクール名	時 間	内 容	対象年齢	開講曜日・時間		備 考
親子リズム	40分	リズムを感じながら反応を高めるレッスンで子育てをサポートします。親子でリズム体操、ボール運動など幼児期に合ったカリキュラムです。	1歳～3歳	水	10:20～11:00	毎年2月に、発表会 (Zip On Stage) がございます。
キッズリトミック	60分	ボールや棒などを使い、リズムに合わせて体を動かすことで 脳に刺激を与え、想像力や情操性などを豊かに個性を引き出します。就学前のお子様に人気のスクールです。	4歳～年長	水	15:30～16:30	
キッズダンス	50分	基礎的な姿勢・柔軟性・バランスを構築し、ダンスに必要な動きへ発展させます。	3歳～5歳 4歳～年長	火 火	14:50～15:40 15:40～16:30	
ジュニアダンス	60分	様々なジャンルのダンスを、音楽に合わせて楽しく元気に踊ります。	小1～小4 小4～中2	火	16:30～17:30 17:30～18:30	
クラシックバレエA	60分	バーを使った基礎練習を中心にレッスンを行います。	年中・年長	水	15:30～16:30	
クラシックバレエB	75分	体型を整え、豊かな表現力を養い、クラシックバレエの優雅さを身につけます。	小中学生	水	17:30～18:45	
Bファンク	60分	クラシックバレエの要素とファンク系のジャズダンスを融合。基本的な姿勢から大人っぽい動き、しなやかな動きなどダンスを通して表現します。	小学3年～ 中高生	木	17:30～18:30	
ダンスインター	60分	ジュニアダンス・ヒップホップを主体とした、各種オーディションやイベントへの参加を目的としたダンス育成コースです。	小中学生 オーディション合格者	水 土	18:20～19:20 13:50～14:50	
ダンスインター基礎	50分			水 土	17:30～18:20 13:00～13:50	
チアダンス（初級）	60分	ポンポンダンス・ファンク・ラインダンスなどで構成され機敏な動きと元気で笑顔になれるレッスンです。	小学生	木	16:30～17:30	
チアダンス（中級B）	60分	※チアダンス初級/中級等のクラス分けは担当インストラクターにお任せいただきます。		木	17:30～18:30	
チアダンス（中級A）	60分	※初めての方は初級クラスよりスタートしていただきます。		木	18:30～19:30	
ヒップホップA	60分	アップビートなサウンドにあわせて身体を動かしてステップ技術・リズム感を養います。リズムにのって踊る楽しさを実感出来ます。	小学生	金 土	15:30～16:30 15:00～16:00	
ヒップホップB	60分	※初めての方はAクラスよりスタートしていただきます。		金	17:45～18:45	
新体操（初中級）	60分	手具（ボール・リボン・ロープ・クラブ・フープ）を使い表現力を豊かにするとともに、リズム感や創造性を高めます。普段の立ち振る舞いがとても美しくなります。	年長～小学生	木 金	16:30～17:30	
新体操（上級）	80分 60分	※新体操のクラス分けは担当インストラクターにお任せいただきます。 ※初めての方は初中級クラスよりスタートしていただきます。	小中学生	水 木	17:30～18:50 17:30～18:30	