

21:00																			
-------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

コパンプログラム

コパンスポーツクラブ神戸北町

ベビースイミング ママやパパと赤ちゃんと一緒にプールへ入り、水遊びを楽しみます。水中でのスキンシップを楽しむことで、赤ちゃんの感覚を刺激し、脳の発達や心身の発育を促します。	子どもスイミング 初めてプールに入るお子様から四泳法を習得するまで、泳ぎの正しいフォームを身につけつつ、「褒める指導」でスムーズな上達を実現します。	キッズダンス 体力・目的に合わせて、基本と形を中心に段階を踏んで覚えていきます。楽しく安全に基礎から習得し、体力や精神力を身につけるだけでなく、礼節を大切に作る元気な子供を育成します。
体育教室 マット・鉄棒・跳び箱・縄跳び・ボールなどの器具・道具を使用した体育教室。基本からゆっくり進め、お子様の基礎体力、運動能力を高めていきます。	クラシックバレエ キッズクラスから高等クラスまでレベルに合わせたレッスンを行います。背筋の伸びた美しい歩き方だけでなく、高い精神力や集中力、表現力なども身に付き、心身ともに強く成長することができます。	選手・選手育成 通常のクラスよりも泳ぎ込んで、技術や体力の向上を目指します。飛び込みやターンの練習など、個々に合ったハイレベルな指導をします。
こども合気道 受け身や入り身、転換といった合気道の基本動作から覚え、合気道独特の力の使い方を習得します。礼儀や協調性も教え、心身の成長を促進します。		

プール		
プログラム名	区分	説明文
選手育成	選手・選手育成	通常のクラスよりも泳ぎ込んで、技術や体力の向上を目指します。飛び込みやターンの練習など、個々に合ったハイレベルな指導をします。
体育教室	体育教室	学校のカリキュラムに合わせて実施する体育教室。ポイントを絞った論理的指導だから、しっかり上達できます。学校の授業で活躍して、クラスのヒーロー・ヒロインに。
キッズダンス	キッズダンス	リズムに合わせて元気にダンス！皆と一緒に身体を動かすことで、柔軟性や運動神経に加え、協調性や舞台度胸も高まります。
ベビースイミング	ベビースイミング	ママやパパと赤ちゃんと一緒にプールへ入り、水遊びを楽しみます。水中でのスキンシップを楽しむことで、赤ちゃんの感覚を刺激し、脳の発達や心身の発育を促します。
クラシックバレエ	クラシックバレエ	最初は基礎から始めて、徐々に表現力や演技力を高めていきます。柔軟性や運動神経の向上に加え、美しい所作も身に付きます。
スイミングスクール	子どもスイミング	
こども合気道	こども合気道	受け身や入り身、転換といった合気道の基本動作から覚え、合気道独特の力の使い方を習得します。礼儀や協調性も教え、心身の成長を促進します。