Haja（ハジャ）キッズ体操教室

Haja（ハジャ）とは･･･韓国語で～しよう!!～やってみよう!!という意味

自分に合ったクラスから始め、マット運動・跳び箱・鉄棒等の練習や前方回転（ハンドスプリング）も習得してみよう!!

運動が苦手な方でも安心してご参加ください♪

みんなで楽しく体操しよう♪

幼児クラス

対象：年中～年長

幼児期に重要な基礎運動「掴む・支える・跳ねる」といった簡単にできる動作から始めていきます♪
体操を楽しんでもらえるように、全身を使って遊びながら、子ども達の運動機能・柔軟性を伸ばしていきます!!

掴む × 支える × 跳ねる

初級クラス

対象：小学1年生～

体操の基礎から学び、マット運動～鉄棒まで、さまざまな技を習得しよう!!

- マット運動（前転・後転等の基礎的な技から入り、側転習得）
- 跳び箱（開脚跳び8段習得）
- 鉄棒（逆上がり習得）

中上級クラス

対象：小学生（条件あり）

ハンドスプリング等、
より高度な技の習得を目指そう!!

★ 中上級クラス参加条件 ★

- ★ マット運動　壁倒立・ブリッジ・側転が1人でできること
- ★ 跳び箱　開脚跳びが6段跳べること
- ★ 鉄棒　肘を曲げた状態で10秒以上ぶら下がりができること
- ★ 鉄棒　つばめから前回り降りができること

講師紹介

山上（やまかみ） 和輝（かずき）

☆来歴

10歳から新体操を始め、大学卒業まで選手として活動。
卒業後はパフォーマンス活動を行いながら体操教室や新体操クラブ、アクロバット講師として活躍。

☆競技経歴

インターハイ個人・団体出場
全日本選手権2年連続出場

☆パフォーマー経歴

おかあさんといっしょ2023ステージ出演
舞台「HUNTER×HUNTER」出演
群馬クレインサンダーズ2024フラッグボーイ 他

菊池（きくち） 正源（まさみつ）

☆競技経歴

全日本学生新体操選手権4連覇
全日本新体操選手権3連覇

☆資格

子育て脳機能アドバイザー
幼児体育指導検定1級
運動遊び実践アシスタント

☆パフォーマー経歴

映画「FLYING BODIES」出演
SASUKE 2015 1stステージクリア
TUBE30th Summer 感謝熱烈YEAR!! 他

Hajaキッズ体操教室

11、12月開催

木曜日クラス

担当　山上　和輝

開催日

11月　12日・19日

12月　3日・10日・17日・24日

土曜日クラス

担当　菊池　正源

開催日

11月　14日・21日

12月　5日・12日・19日・26日

クラス分け

幼児クラス（年中・年長）

初級クラス（小学生）

中上級クラス（小学生・条件あり）

開催時間（木曜日クラス）

幼児クラス	15:45～16:35
初級クラス	16:45～17:35
中上級クラス	17:45～18:35

開催時間（土曜日クラス）

幼児クラス	9:20～10:10
初級クラス	10:20～11:10
中上級クラス	11:20～12:10

定員
各クラス **10名**

参加費（木曜日クラス）
6回 7,200円
申込時にお支払いをお願いいたします。

参加費（土曜日クラス）
6回 7,200円
申込時にお支払いをお願いいたします。

会場
柔道場・アリーナ
※別紙、申込時にお渡しします。

体験参加　1回限り **1,200円**
途中入会は残り回数×1,200円の参加費となります。

振替について
1クールで1回に限り自己都合の振替対応をいたします。
※参加人数により振替をお断りする場合がございます。予めご了承ください。

体験・申込みについて、お気軽にお問い合わせください！

お問合せ　コスモスアリーナふきあげ　☎ 048-548-3112

主催：シンコースポーツ株式会社　後援：鴻巣市教育委員会