

挑戦しよう体操で！



徳島体操教室 生徒募集中

令和8年度の新規受付は
3月3日からスタート

※受付は火曜日～土曜日（平日15時以降、土曜日9時以降）
詳細はホームページをご覧ください。



徳島体操教室では体操を通じて楽しく運動できる一般クラスから、
体操を本格的に練習することができる選手クラスまで幅広く教室を開いています。



新体操

運動神経やバランス感覚、反射神経を養います。リボンやフープを使う動きで柔軟性が自然に向上し、しなやかな体作りができます。また、音楽に合わせた動きや表現力も求められ、リズム感や芸術性、感受性も育まれます。



一般クラス

マット、跳び箱、鉄棒、トランポリンなどを使い、基礎的な運動技術を習得します。子どもたちは楽しく運動をしながら、身体の基本動きや運動神経を鍛えることができます。また、友達と一緒に活動することで、協調性や社会性を育み、心身の健全な成長をサポートします。



わくわくファミリー

リズム体操、サーキット、トランポリン、自由遊びを通じて、運動の楽しさを学びながら自分の体を使う力を育みます。親子でのふれあいやコミュニケーションを深め、協調性や社会性を育て、健康な体づくりと心の成長をサポートします。