



## 春のおともだちキャンペーン

キャンペーン期間: 4/11(月)~6/10(金)

### 1 入会金: 50% OFF !!

【成人】 8,000円→4,000円  
【ジュニア】 5,000円→2,500円(学生含む)  
【親子クラス】 8,000円→4,000円

メンバー様ご紹介の方は、100% OFF !!

### 4 鞠希楽嬉バッグプレゼント !!

キャンペーン期間中、ご入会頂いたメンバー様に  
オリジナルバッグをプレゼント致します♪



### 2 HP限定特典 !!

当スタジオはどのクラスも初回体験無料!  
HPから体験予約をして頂いた方には  
ミネラルウォーターを1本プレゼント★★

### 5

### おともだち紹介特典 !

おともだちをご紹介してくださったメンバー様に  
クラスチケット3枚(1,575円)プレゼント !!  
ご入会メンバー様にもプレゼントいたします。



ERI  
JOKAFA  
公認インストラクター



樋 えり子  
JOKAFA  
公認コーチ



中村淳子  
JOKAFA  
公認インストラクター



George  
PV出演  
AKB48, W-inds. 安室奈美恵,  
BoA, 堀未央奈, etc.

マーク	クラス名	クラス説明	曜日	時間	月謝制	チケット
♥	GIRLS ☆ HIPHOP <小・中・高校生>	はじめてでも安心! 基礎からしっかり教えます。可愛く、カッコイイ DANCEを踊りましょう! みんな集まれ♪ 楽しくLet's DANCE♪	月	18:15-19:15	有	4
△	バランスフィットネス <成人>	全身運動とストレッチを組み合わせ健康美人を目指します! バランスボール・フリーウエイト・チューブ等使用します。	火	10:00-11:00	有	4
○	キッズ ダンス combo <5才~10才>	チアダンス・ヒップホップダンス・フープなどなど! 色々体験できるスペシャルダンスクラスです。(初級~)	火・金	17:30-18:15		3
☺	ヒップホップ JAM <2才~All age>	リズム遊び~リズムトレーニングまでベース作りと楽しい振付です。 ご家族で参加するとオトクなクラスです。	火・金	18:30-19:15		3 1チケット
GYM	キッズ体操【Kids GYM】 <5~10才>	前転・後転・倒立などのマット運動を中心にバランス能力を高めます。 得意意分野を克服しましょう。	水	16:30-17:15		3
△	エアロビクス・ベーシック <8~19才>	スポーツエアロビックの基本的な動きを習得します。 競技選手(アスリート)としての挨拶、礼儀も学びます。	水	17:30-18:45		5
△	エアロビクス・アドバンス <中・上級>	スポーツエアロビックのエレメント(技)を習得します。 競技選手(アスリート)育成コースです。	水	19:00-20:15		5
H	やさしいHIPHOP【入門】 <成人>	成人向けの入門クラスです。基本的なリズムトレーニングから簡単な振付で楽しく身体を動かします。	木	※第2・4週 10:00-10:45		3
△	トータルボディ ピューティ <成人>	キレイにこだわるクラス。お顔から足先までやさしい動きで全身を整え呼吸法でメンタルバランスも良くしてトータルでさらにキレイになりましょう。	木	14:00-15:00	有	4
☀	HIPHOP リズムトレーニング <中学生~>	HIPHOP初・中級クラスです。リズム基礎からコンビネーションを1時間たっぷり教えます。いい音楽いっぱい! グルーヴィーなダンスいっぱい!	木	※第1・3週 20:00-21:00		4
♥	Mammy&me <1才~3才>	スキンシップをベースにリズム体操 & 楽しい全身運動で初めてのフィットネスにチャレンジします。	金	※第2・4週 10:15-11:00		3
♥	親子にこにこキッズピクス <2~6才>	2才~6才のおともだち集まれ! ママと一緒にダンスやゲーム、パラシュートと盛りだくさん! ママもキレイにスリムになりますよ。	金	16:30-17:15		3
Hoop	HOOP DANCE <小学生以上~>	フープダンスの基礎テクニックと楽しい体操を織りませて行います♪ おともだちがピックリするフープの回し方がマスターできます!	金	19:30-20:15		4
GYM	ジュニア体操【Jr.GYM】 <小学生~>	前転・後転から倒立前転・前方/後方ブリッジ・マット運動をベースに行ないます。豊かな表現力も身につきます。	土	16:30-17:15		3
△	エアロビクス・ベーシック <8~19才>	スポーツエアロビックの基本的な動きを習得します。 競技選手(アスリート)としての挨拶、礼儀も学びます。	土	17:30-18:45		5
△	エアロビクス・インターミディエイト <中学生~>	エアロビクス & フィットネスの中級クラス。 スポーツエアロビックの基礎とダンス表現を習得します。	土	19:00-20:15		5
SA	スポーツエアロビック 選手育成コース	フィジカルトレーニング、筋力アップ、柔軟性などパフォーマンス力、基礎を学べる競技選手育成強化クラスです。(演技練習含む)	月	19:30-20:45 18:30-20:45	5 9	
SHAL	スポーツエアロビック 選手育成コース	フィジカルトレーニング、筋力アップ、柔軟性向上などパフォーマンス力を高めるためのスキルアップクラスです。	月	18:30-20:30		2
D	D・A・D <父と子>	パパと子の楽しいフィットネスクラス♪ アクティビティやダンス・筋力トレーニングまで! 親子の絆を深めます♪	日	11:00-12:00		3



白野結花  
JOKAFA  
公認インストラクター  
パーソナルトレーナー



上田浩之  
JOKAFA  
アドバイザー  
日本フープダンス協会会長



廣瀬亞須可  
JOKAFA  
公認インストラクター  
2007年スキヤパン  
カップペア優勝



Paulo Santos  
JOKAFA  
元ブラジルチャンピオン  
インターナショナルコチ  
コリオクラフー



渡辺みどり  
JOKAFA  
協会会長  
FF CLUB 田園調布 代表

★パーソナル指導(ジュニア・成人)も充実しています! 詳細はお問い合わせ下さい! ★

#### ★選べる受講システム★

- ◆無駄のないチケット制(1クラス1,575円~)
- ◆お得な月謝制(6,200円/月)※一部のクラスのみ
- ◆ジュニア向けフリーパス(15,750円/月)~※週に4日・28チケットまで(※審査あり)

\*クラス実施日はホームページにてご確認の上クラスにお越し下さい。

\*クラス無料体験は要予約となります。

希望の場合はお電話にてご予約をお願いします。

\*受講料はチケットの枚数で表示されています。(例 3枚=チケット3枚 (1,575円分))

## 無料体験受付中!

~要予約~

