



## 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!!

### 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★

### 3 成人スタンプラリー!

人気のスタンプラリーキャンペーンスタート!  
スタジオクラスに参加し、シールを  
貯めよう! 10枚たまるとチケット  
1枚プレゼント(525円分)!!

### 4 卵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♪



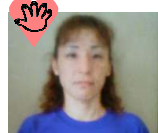
### 5 おともだち紹介特典!

おともだちをご紹介して下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

JOK△F△A  
公認インストラクター



樺 えり子

JOK△F△A  
公認コースディレクター



中村 淳子

JOK△F△A  
公認インストラクター



George

PV出演  
AKB48、V-inds、安室奈美恵、  
BoA、黒木メイサ、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・フリーウェイト・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 17才以上
GIM	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。 不得意分野を克服しましょう。	水	16:30-17:15		3
ACB	エアロビクス・ベーシック ＜8～19才＞	スポーツエアロビクス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
ACA	エアロビクス・アドバンス ＜中・上級＞	スポーツエアロビクスのエレメント(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
♥	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 ビューティ ＜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らしましょう。	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
👨👩👧👦	親子にこここキッドピクス ＜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らしましょう。	金	16:30-17:15		3
🌀	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ぜて行います♪ おともだちがビックリするフラフープの回し方がマスターできます!	金	19:30-20:15		4
GIM	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付きます。	土	16:30-17:15		3
ACB	エアロビクス・ベーシック ＜8～19才＞	スポーツエアロビクス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
ACI	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。 スポーツエアロビクスの基礎とダンス表現を習得します。	土	19:00-20:15		5
SA	スポーツエアロビクス 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
SA	スポーツエアロビクス 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

JOK△F△A  
公認インストラクター

パーソナルトレーナー



上田 浩之

JOK△F△A  
アドバイザー

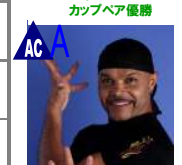
日本フープダンス協会会長



廣瀬 亜須可

JOK△F△A  
公認インストラクター

2007年スズキジャン  
カップ優勝



Paulo Santos

JOK△F△A  
アドバイザー

元ブラジルチャンピオン  
インターナショナルコーチ  
コリオグラファー



渡辺 みどり

JOK△F△A  
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)

## 無料体験受付中!

～要予約～



\*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))

FF CLUB 田園調布 supported by JOK△F△A

Tel:03-3721-1833 Fax:03-5483-6235

E-mail:mwm@kidbics.com HP:http://kids-fitness.or.jp/

〒145-0071 東京都大田区田園調布2-38-8