



2011サマーキャンペーン

キャンペーン期間:7月1日(金)~8月31日(水)



入会特典!!

スタジオレッスンチケットプレゼント!

【成人・親子】入会金8000円

⇒スタジオレッスンチケット5250円分プレゼント

【ジュニア】入会金5000円

⇒スタジオレッスンチケット3150円分プレゼント

サマーフリーパス登場!!

たくさんダンスしたいキッズメンバーに、お得なキャンペーン期間限定のフリーパスです!フリーパスを使ってたくさんクラスに参加しよう!7、8月購入で31500円⇒30000円となります

サマーキッズスクール開催!

キッズメンバーに大人気のキッズスクール開催!!楽しいアクティビティでお友達と一緒に夏の思い出をつくりませんか?7/3・8/27開催予定!

朝げんきっず大募集!!

早寝・早起き・朝ごはん!

夏休みは朝から元気から動かそう!

スタジオで楽しいレッスン、アクティビティ!

8/1.2.3.4.5開催予定!!

おともだちご紹介特典!

メンバー様ご紹介で入会金100%OFF!

おともだちをご紹介してくださったメンバー様とご入会メンバー様へスタジオチケットとささやかなプレゼントをご用意いたします。

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)!!



ERI

JOKFA 公認インストラクター



橋 えり子

JOKFA 公認コースディレクター



中村 淳子

JOKFA 公認インストラクター



George

PV出演 AKB48、W-inds、安室奈美恵、BoA、黒木メイ、etc



☆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)

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て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>	チャダンス・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分30秒
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。不得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
△	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ります。	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!グループウェアなダンスいっぱい!	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 <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きます♪おともだちがビックリするフーフープの回し方がマスターできます!	金	19:30-20:15		4
△	エアロビクス・ベーシック・ヒギナー <5才~12才>	エアロビクスの初級クラス&チャレンジクラスです。楽しみながら個々のスキルアップを目指します。	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
△	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

JOKFA 公認インストラクター  
パーソナルトレーナー



上田浩之

JOKFA アドバイザー  
日本フープダンス協会会長



廣瀬亜須可

JOKFA 公認インストラクター  
2007年スズキチャップカップ優勝



Paulo Santos

JOKFA 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  
コロラダファー



渡辺みどり

JOKFA 協会会長  
FF CLUB 田園調布 代表



\*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 JOKFA

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

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

〒145-0071 東京都大田区田園調布2-38-8