

心と体を鍛える

JPCスポーツ教室 2つのオリジナル体幹クラス!



体操体幹 トレーニングクラス

園児・小学生対象

こんなお子様にオススメ!

- ◎ 遊びながら運動能力を高めたい!
- ◎ 人の話をしっかり聞けるようにしたい!
- ◎ 姿勢や集中力を養いたい!
- ◎ マットやとび箱がうまくなりたい!
- ◎ 逆上がりができるようにになりたい!
- ◎ 走るのが速くなりたい!



諦めない、粘り強い子になる!

3歳児から行える遊びを取り入れた、体の使い方を覚えることを中心としたトレーニングを行います。3歳から12歳までの間にバランス、脳・神経系すべてを刺激することで運動能力を高め「できない」を「できる」に変えていきます。



詳しくは教室の様子を動画で見てね!



体幹 トレーニングクラス

小学生・中学生以上対象

こんなお子様にオススメ!

- ◎ スポーツがもっと上手になりたい!
- ◎ プロ選手を目指している!
- ◎ メンタルを強くしたい!
- ◎ 体力をつけたい!
- ◎ フィジカルを鍛えたい!



ライバルに勝つためのトレーニング!

各種スポーツに励む子どもを対象とした、体幹トレーニング中心の指導を行う教室です。KOBA式体幹バランストレーニング「KOBA☆トレ」有資格者指導のもと、競技に有利になる体の使い方の指導をしていきます。



詳しくは教室の様子を動画で見てね!



KOBA's TAIKAN BALANCE

KOBA★トレ

鍛えられる4つの能力



柔軟性

カラダが柔らかくなれば動きもスムーズに!



安定性

骨盤の安定によってブレないカラダの軸が完成!



バランス

普段使われていない筋を呼び覚ましバランス力が向上!



運動性

多くの筋肉を同時に連動させ動きを強くスムーズに!

スケジュール

月～金 時間割

1部 15:15～16:15 未就園児 園児

2部 16:30～17:30 園児 小学生

3部 17:45～18:45 園児 小学生

4部 19:00～20:00 小学生

5部 20:15～21:15 小・中学生 高校生以上

体操体幹
トレーニング
クラス

体幹
トレーニング
クラス

土曜日 時間割

1部 08:30～09:30 園児 小学生

2部 09:45～10:45 園児 小学生

3部 11:00～12:00 園児 小学生

4部 13:30～14:30 園児 小学生

5部 14:45～15:45 園児 小学生

体操体幹
トレーニング
クラス

JPC スポーツ教室

6つの特徴



1 安心安全の空調設備

2 少人数制での授業

3 全面人工芝で人体の負担を軽減

4 振替授業が行える

5 「KOBA☆トレ」の有資格者が指導

6 クラス別でレベルに合わせた指導

会員様の声



性格が明るくなり、行動が積極的になりました

体操体幹 トレーニングクラス 5歳

小学校の跳び箱8段飛べるようになりました

体操体幹 トレーニングクラス 8歳

体幹を鍛えてから姿勢が良くなり、勉強の集中力も上がりました

体操体幹 トレーニングクラス 13歳



JPCスポーツ教室 松山店

〒791-0054 愛媛県松山市空港通7丁目15-12ファミリー空港通103

営業時間 平日 / 15:15 ~ 21:15 土曜日 / 8:30 ~ 15:45

☎089-971-5151

定休日 日曜日・祝日(祝日営業日有り)

HPから無料体験申し込み

