キッズダンススクールのご案内

2023.7月

■スクール会員　入会諸費用

コース名		対象	会員証	月会費 週1回コース		月会費 週2回コース	
				税抜	税込	税抜	税込
幼 児 ダンス		4歳～未就学児	1,000円（税込1,100円）	9,000円	9,900円		
土日幼児 ダンス				10,000円	11,000円		
小・中学生 ダンス		小・中学生		9,000円	9,900円		
土日小・中学生 ダンス				10,000円	11,000円		
平日MIX	幼児（スイム＋ダンス）	4歳～未就学児				13,500円	14,850円
	小・中学生（スイム＋ダンス）	小学生～中学生					
	幼児（体育＋ダンス）	4歳～未就学児					
	小・中学生（体育＋ダンス）	小学生～中学生					
土日MIX	幼児（スイム＋ダンス）	4歳～未就学児				15,000円	16,500円
	小・中学生（スイム＋ダンス）	小学生～中学生					
	幼児（体育＋ダンス）	4歳～未就学児					
	小・中学生（体育＋ダンス）	小学生～中学生					
運動MIX	幼児（ダンス＋運動能力）	4歳～未就学児				14,000円	15,400円
	小・中学生（ダンス＋運動能力）	小学生～中学生					

●会員カード発行料は入会時のみお支払いいただきます。

●当クラブでは、口座振替による月会費の納入方法を採用しております。翌月分の月会費を前月28日に口座より引き落としさせていただきます。

■練習場所

水曜日・木曜日・土曜日	2階 スタジオ リモーネ
金曜日	2階 スタジオ ピスタチオ

■指定用品

ダンスウェア		指定バッグ	反射ラベル
Tシャツ	ハーフパンツ		※バス利用者
120～150cm SS・S・M・L	110・130・150cm XS・S・M・L	3,000円（税込3,300円）	1,000円（税込1,100円）
ホットピンク・ターコイズ・イエロー グレー・ロイヤルブルー	ブラック・グレー		
2,300円（税込2,530円）	3,500円（税込3,850円）		

●当クラブのスクールでは指定のユニフォーム（ダンスウェア）及び、バッグの携帯をお願いしております。予めご了承の上、お買い求めください。

■練習日について

●各コースの練習は決められた曜日、時間に行われます。
カレンダーをご覧の上、練習にお越しください。

●練習回数は年間45回（1月～12月）の設定となります。

●1ヶ月3回練習の月もございます。予めご了承ください。

■進級チェックについて

●進級チェックは3ヶ月に1回（3・6・9・12月）行います。

●チェック日に参加出来ない場合は、振替でも実施可能です。
また、チェック日にお受けにならなかった場合は、
翌月第1週目の練習の中で実施致します。

■持ち物について

●指定着・バッグ・水筒・内履きの運動靴
（お荷物には全てお名前の記入をお願い致します）

■退会・休会・コース変更について

●別紙「退会・休会・コースの変更のご案内」をご覧ください。

■振替制度について

●他の予定が練習と重なってしまい、練習に参加できない場合、または病気・ケガなどで
練習日に参加できない場合には振替練習が可能となります。

●WEB振替システムにて欠席・振替・のご登録をお願い致します。※前月16日から登録可能

●振替は登録コースと同じレベルのクラスとなります。

●当月・翌月末内で、2回までとさせていただきます。
（お休みする前でも月内・翌月末までであれば振替は可能です）

●欠席登録は練習開始の15分前までとなります。欠席登録をせずに練習を
欠席してしまうと、その分の振替予約も取れなくなりますのでご注意ください。

●振替登録・修正について、午前に実施クラスは当日朝7時まで、午後に実施クラスは
当日12時（正午）までとなります。

■スクール見学と注意事項

●当日、4階スクールカウンターでチェックインをしてから2階スタジオに
お越しください。（練習開始10分前からスタジオにご入場いただけます）

●ご見学はスタジオ内でお願い致します。ジムエリアでのご見学はご遠慮ください。

●館内での写真撮影、ビデオ撮影はご遠慮ください。

●お食事は5階ギャラリーのみでお願い致します。（スタジオでのお食事はご遠慮ください。）
また館内にて販売しているもののみでお願い致します。

■お申込みについて

・・・ 以下のものをご用意ください。※入会諸費用のお支払いはクレジットカードでも可能です。

会員証代	登録手数料	月会費	教材代（幼児・児童 コース）
1,000円（税込1,100円）	1,000円（税込1,100円）	2ヶ月分	指定着・指定バッグ・バスラベル（バス希望者）

指定金融機関の登録	
みずほ・三菱UFJ・三井住友・りそな・埼玉りそな・ゆうちょ銀行 各本支店	キャッシュカード（Pay-easy登録）

※巣鴨・城北信用金庫 各支店の登録も可能ですが、通帳と届出印が必要となりますのでご注意ください

CENTRAL SPORTS セントラル ウェルネスクラブ 上池袋店　〒170-0012 東京都豊島区上池袋1丁目37-16　TEL 03-5961-7730

キッズダンススクール週間予定表

平日時間	月曜日	火	水曜日	木曜日	金曜日
15:30		休館日			
			【初級】ダンチャレ25～18級	【初級】ダンチャレ25～18級	【初級】ダンチャレ25～18級
16:30			【中級】ダンチャレ17～11級	【中級】ダンチャレ17～11級	【中級】ダンチャレ17～11級
17:30			【上級】ダンチャレ10級以上	【上級】ダンチャレ10級以上	【上級】ダンチャレ10級以上

土曜日	土曜時間
	9:00
【初級】ダンチャレ25～18級	10:00
【初級】ダンチャレ25～18級	11:00
【中級】ダンチャレ17～11級	12:00
【上級】ダンチャレ10級以上	

●ダンチャレの級に合わせたレベル別指導を行っております。

●ダンチャレでの進級の他に、コーチからの推薦により中級もしくは上級クラスへのコース変更をお勧めする場合がございます。

■キッズダンススクール内容のご案内

音楽とふれあい、「リズム感」「運動神経」「体力」を身につけます。また挨拶や礼儀といったルールやマナー、協調性などを養うことができる独自のプログラムでお子様の成長を応援します。独自の進級システムによる段階別指導なので、無理なくステップアップ。手拍子やリズム取りなどダンスの基礎からスタートし、最終的には一曲通して踊れることを目指します。進級チェックにはヒップホップやバレエ・チアダンス等の動きを取り入れており、様々なステップを取得しながら、その動きを組み込んだダンスに挑戦します。進級チェックは3ヶ月ごとに実施。3ヶ月ごとにダンスが変わるので、楽しみながら様々なステップを習得できます。

級		進級項目	内容
初級	25	リズムに合わせて体を動かそう	リズムに合わせて手をたたける 膝でリズムがとれる 笑顔でできる
	24	リズムに合わせて歩こう	姿勢良く歩ける 前後に歩くことができる リズムに合わせてできる
	23	ヒールタッチ	足をスムーズに動かすことができる かかとを床に軽く置くことができる リズムに合わせてできる
	22	ランジ	体の軸がブレないで動くことができる 大きな動作でできる リズムに合わせてできる
	21	ジャンプ	両足を揃えて連続してジャンプができる 軽やかにジャンプができる リズムに合わせてできる
	20	ステップタッチ	左右にスムーズに移動できる 連続してできる リズムに合わせてできる
	19	友達とリズムを合わせてみよう	友達と手を合わせる 連続してできる リズムに合わせてできる
	18	グレープバイン	クロスの動作ができる 横にスムーズに移動できる リズムに合わせてできる
中級	17	ボックスステップ	四角形の形に足を運ぶことができる スムーズに足を動かすことができる リズムに合わせてできる
	16	パドブレ	体がつま先の方向を向いている 連続してできる リズムに合わせてできる
	15	キック（伸）	膝・つま先まで伸ばしてできる 姿勢を正しく保つことができる リズムに合わせてできる
	14	ツーステップ	手足のタイミングが合っている 正しい姿勢で連続してできる リズムに合わせてできる
	13	シャッセ	左右に移動ができる つま先を伸ばして足の踏みかえができる リズムに合わせてできる

級		進級項目	内容
中級	12	脚を掛けて回る	首をきって軸がぶれないでできる 180度ターンができる 360度ターンができる
	11	ダウンのリズム	オン・カウントの時に体を下げる 胸と手をつけてできる リズムに合わせてできる
	10	ダンス1	1人で間違えることなく踊れる 前を見て堂々と踊れる 表情が豊かである
上級	9	ポニーステップ	ステップが踏める 軽やかにステップが踏める リズムに合わせてできる
	8	キック（曲）	ジャンプしながらキックができる 大きな動きでできる リズムに合わせてできる
	7	アップのリズム	オン・カウントの時に体を上げる 胸とお尻をつけてできる リズムに合わせてできる
	6	ポップコーン	跳ねながらキックができる スムーズに足を動かすことができる リズムに合わせてできる
	5	ランニングマン	両足を前後に開くことができる 大きく動くことができる リズムに合わせてできる
	4	クラブステップ	内股と外股を交互に動かすことができる つま先とかかとで動かすことができる リズムに合わせてできる
	3	ピルエット	首をきってつま先を軸にし回転できる 180度ターンができる 360度ターンができる
	2	ダンス2	1人で間違えることなく踊れる 止まる、動くのメリハリをつけて踊れる 表情が豊かである
	1	ダンス1～2	1人で間違えることなく踊れる 曲調に合わせた表現ができる 全身を使い大きく踊れる
	特級	詳細は担当コーチにお問い合わせください	