

## BLUE PRINT

キミだけの青写真を描こう。

子どもたちの未来を育む運動教室

BLUE PRINT 運動教室では、様々な種類の運動を行い、将来どんなスポーツにも対応できる能力の習得を目標に活動しています。子どもたちの今後の人生に運動やスポーツが常にあるように。好きになるように。生涯ずっと運動ができるように。そして自分が好きになれるように。



## 子どもたちも大喜び！ 充実のレッスン内容

### 1 サーキット



多種多様な器具を使い、逆上がりや倒転などの器械体操の技術の習得や、36の基本動作をちりばめ運動能力向上を目指します。

### 3 バルショレ



ドイツ語でボールスクールの意味。大小様々なボールを使い、楽しく遊びながら基礎運動能力・自覚性・社会性を育むボール運動です。

### 2 リズムジャンプ



音楽に合わせて線を踏まないようにジャンプするリズム感を養う運動です。リズムを変えたり手の動きや回転動作を加えることで難易度も調整できます。

### 4 ReactionX



ランダムに光るボタン(reaction)を使い反応速度を早めるトレーニング。  
ゲーム感覚でとにかく楽しい！