



こどもフィット  
**KodomoFit**  
ってどんなクラス？

幅広い身体機能を最大限に向上させる  
ことを目的としたプログラム。

36 種類に分類される人間の基本動作を  
取り入れ、それらを組み合わせた 300 通りを  
超えるトレーニングに楽しくチャレンジ！

学校の体育科目にプラスして幼児・児童期に  
絶対に経験しておきたい**実用的動作**を  
重要視し、ココロ・カラダ&脳の活性化を  
促し、様々なスポーツシーンにも活躍！  
こどもに **Fit** したバランスの良い  
トレーニングで日常生活に運動を  
習慣づけていきます。



スクール内容



基礎運動を始め、あらゆる日常動  
作やスポーツの場面で必ず生か  
すことができる 300 通りのプロ  
グラムに挑戦！



幼稚園や学校体育が楽しくなる  
ような練習方法がたくさん詰  
まっています！



たくさんのスポーツを体験しよ  
う！みんな大好き、ドッジボール  
やスラックラインなどお友だち  
との協調性も身に付けよう！



コーディネーション運動＝  
「運動能力を確実に伸ばす運  
動」も導入しています。

※動きやすい服装・飲み物をお持ちください。指定のユニフォームはありません。  
※裸足にて取り組んでいただきます。上履きは必要ありません。

笑顔が  
自慢のクラブです！  
いっしょに楽しもう！



CUPSマスコットキャラ  
パディくん