

# 親子コース・リトルコース レッスンの流れ

## ① 5分前に入室

- ◆親子コース(四条本校のみ) 対象:1才~2才 50分レッスン
- ◆リトルコース 対象:2才児~年少 45分レッスン

## ② レッスン開始

### 準備運動 約20分

元気よく挨拶！  
柔軟体操・音楽体操  
を行います。



## ③ サーキット運動 約25分

とび箱・鉄棒・平均台・トランポリン等を使用した「サーキット運動」を行います。



## ④ レッスン終了

終わりの挨拶！  
挨拶で始まり、  
挨拶で終わります。



どんなレッスンをしているのかのぞいてみよう♪

