

平成25年度版

# 教室一覧 & 料金表

総合型地域スポーツクラブ「カンガルークラブ」

〒240-0023 横浜市保土ヶ谷区岩井町350-A-201

TEL/FAX 045-742-8222

E-mail [kangaroo@view.ocn.ne.jp](mailto:kangaroo@view.ocn.ne.jp)

URL <http://lsskangaroo.org>

入会金	1,050円		
年度会費	4~7月入会	8~11月入会	12~3月入会
中学生以下	3,320円	2,690円	2,060円
高校生以上	4,370円	3,740円	3,110円
65歳以上	3,520円	2,890円	2,260円
同一世帯 2人目以降	スポーツ保険料 + 1,890円	スポーツ保険料 + 1,420円	スポーツ保険料 + 950円
学習の広場	幼児/6,300円・小学生/10,500円		
＜スポーツ保険料＞ 中学生以下/800円・高校生以上/1,850円・65歳以上/1,000円			

## ◆ 清水ヶ丘教室 ◆

清水ヶ丘公園体育館・プール

＜場所＞横浜市南区清水ヶ丘87-2

＜交通＞ 京急「南太田駅」・「井土ヶ谷駅」から徒歩15分  
JR「保土ヶ谷駅」から徒歩20分

教室名	活動時間	内容	月会費	
<b>新</b> ベビー体操(0歳児未満)	金/14:00~14:45	ハイハイからあんよまでの赤ちゃんを対象に心と身体と脳の発育に効果的な運動を行います	2,940円	
親子体操 (1歳以上の未就園児)	火/ 9:20~10:05	月1回のリトミックと親子で楽しむ運動ゲーム(ボール・風船・ロープ等)とリズム運動	4,200円 *週2回 月8回教室	
	金/15:00~15:45	マット・跳び箱・鉄棒・平均台などの運動器具を用いた全身運動		
<b>新</b> Jr.ヒップホップ (年長のみ)	ヒップホップ 火/16:30~17:45	年長児~ 基本を身に付けながら音楽に合わせて楽しく身体を動かそう	<ul style="list-style-type: none"> <li>1種目 4,200円</li> <li>2種目 6,300円</li> <li>3種目 7,875円</li> </ul>	
幼児	ボール運動 (年長のみ)	ボール操作の基礎を身に付けるだけでなく運動能力をバランスよく高めるトレーニングも *年長児のみ		幼児水泳教室に無料で参加できます 水曜日 15:00~15:50 *保護者同伴での教室です
	幼児体操	マット運動を中心に柔軟性とバランス感覚をアップ!身のこなしが軽くなります		
小・中学生	Jr.ヒップホップ *年に数回発表会有り	A 火/16:30~17:30	年長児~3年生クラス 基本を身に付けながら音楽に合わせて楽しく身体を動かそう	<ul style="list-style-type: none"> <li>1種目 4,200円</li> <li>2種目 6,300円</li> <li>3種目以上 7,875円</li> </ul>
		B 火/17:45~18:45	3年~中学生クラス 1曲1曲しっかり踊りきって一つずつ作品を作っていきます	
	水泳	A 火/16:00~16:50	水慣れ~4種目の習得までレベルに応じて指導します各時間帯とも	
		B 火/17:00~17:50	初級クラス(クロール25m完泳・背泳ぎの基礎)と	
		C 水/16:00~16:50	上級クラス(4種目各25m完泳・個人メドレー)の2クラス体勢です	
		D 水/17:00~17:50	*プールの入場料は個人負担	
(ミニ)バスケット	木/16:15~17:45	バスケットに必要な体作り・ボール操作・動きの習得・連携などの基本練習からゲームまで		
体操	金/17:00~18:00	前転や後転等マット運動の基本からロンダート・ハンドスプリング・バク転の連続技まで		

大人の教室	保	エアロビクス	火/10:15~11:45	有酸素運動の効果で脂肪燃焼はバッチリ90分のレッスンは内容充実で満足感タップリ	<ul style="list-style-type: none"> <li>1種目 3,150円</li> <li>2種目 4,200円</li> <li>3種目以上 5,250円</li> </ul>
		ヒップホップダンス	火/19:00~20:30	ヒップホップが初めてという方・中高年の方大歓迎1曲ずつ繰り返し丁寧に指導します	
	保	骨盤調整ヨガ	水/13:00~14:30	肩こり・腰痛など不快な症状の原因となる骨盤の歪みを治し身体全体のバランスを整えましょう	
		水泳	水/17:50~18:40	前半水中ウォーキングで全身の筋力アップ、後半は4種目の習得まで、個人のレベルに合わせて指導します	保...保育有り ・子どもが会員の場合 <チケット制> 1枚(11時間分) 3,150円 ・子どもが非会員の場合 <ビジター>1時間800円
	保	ボディーシェイプ	木/10:15~11:45	エアロビクスで脂肪の燃やしピラティスで内側から引き締める、効果的なレッスンでシェイプアップ	
		太極拳(中級)	金/12:00~13:15	入門・初級クラス経験者対象のクラス24式の習得を目指します	月会費なし ・非会員の場合 <ビジター> 1回 500円
		太極拳(入門・初級)	木/15:00~16:15	初心者対象のクラス入門太極拳(8式)の習得を目指します。	
toto	保	パワーヨガ	第1・3日/ 9:30~10:30	運動量の多いヨガです。筋力アップ・心身のバランスを整えストレスの解消に	<ul style="list-style-type: none"> <li>会員の場合 &lt;チケット制&gt; 6枚綴り 4,725円</li> <li>非会員の場合 &lt;ビジター&gt; 1回1,000円</li> </ul>
	保	骨盤調整ヨガ	第1・3日/10:45~11:45	肩こり・腰痛など不快な症状の原因となる骨盤の歪みを治し身体全体のバランスを整えましょう	

## ◆ 南太田教室 ◆

太田地区町内連合会館

\*この教室は会員登録の必要がありません

＜場所＞横浜市南区南太田2-1-12

＜交通＞ 京急「南太田駅」から徒歩5分  
富士スーパー近く・交番裏

教室名	活動日時	内容	参加費等
<b>新</b> マタニティ・ヨガ	第2・4火/ 9:30~10:30	妊娠16週から出産間際まで安産に向けた心と身体作りをサポートします	<ul style="list-style-type: none"> <li>参加費1回 1,000円</li> <li>定員 15名(組)</li> <li>予約制 ・ヨガマット持参</li> <li>上のお子様の保育有り 1時間 800円</li> </ul>
<b>新</b> ベビー&ママ・ヨガ	第2・4火/10:45~11:45	生後2ヶ月~ハイハイまで赤ちゃんの健やかな発育と、ママの身体の回復に最適	

# ◆桜剣士会（剣道）◆

南区剣道連盟に加盟

＜指導者＞ 教師七段 佐藤 和義



会場	活動時間	対象	月会費	その他の活動
永田中学校 格技場	月・水/19:00~21:00	小学生~一般	幼児・小学生 5,250円 中学生 2,100円 高校・一般 初心者 2,100円 高校・一般 三段以上 無料	・夏合宿（長野・3泊4日） ・夏季錬成大会 ・南区大会（春・秋） ・各区大会 ・道場大会
岩井原中学校 体育館	火/19:00~20:00	幼児~小学生		
	火/20:00~21:00	中学生~一般		
清水ヶ丘公園体育館	木/19:00~21:00	幼児~中学生		
	金/19:00~21:00			

# ◆I・M・C（インラインスケート&ダンス）◆

保土ヶ谷スポーツセンター

＜場所＞横浜市保土ヶ谷神戸町129-2  
 ＜交通＞ 相鉄「星川駅」から徒歩10分  
 JR「保土ヶ谷駅」から徒歩15分



教室名	活動時間	対象	月会費	その他の活動
インラインスケート	月/17:00~18:00	初心者(幼児~小学生)	2,100円	スケート靴・防具の貸出し有り(有料)
インラインダンス	月/18:00~19:30	幼児~中学生	3,150円	・年数回の発表会 ・発表会前の特別練習 ・雨天中止の場合、振替え有り
インラインスケート&ダンス	月/19:30~21:00	中学生~一般	3,150円	

# ◆横浜ドリームス（インラインホッケー）◆

保土ヶ谷スポーツセンター

＜場所＞横浜市保土ヶ谷神戸町129-2  
 ＜交通＞ 相鉄「星川駅」から徒歩10分  
 JR「保土ヶ谷駅」から徒歩15分



教室名	活動時間	対象	月会費	その他の活動/備考
初心者クラス	木/17:00~18:30	初心者(幼児~中学生)	4,200円	スケート靴・防具の貸出し有り(有料)
チーム練習	木/18:30~21:00	幼児~成人	中学生以下 4,200円	・夏合宿 ・他チームとの交流試合 ・大会参加
	金/18:30~21:00		高校生以上 1回 600円	
	月1~2回 日曜活動		<ビジター>1回 1,000円	
ホッケーナイター	金/21:00~23:00	高校生以上	<ビジター>1回 300円	当日自由参加のピックアップホッケー

# ◆学習の広場◆

カンガルークラブ 事務所

＜所在地＞横浜市保土ヶ谷区岩井町350-A-201  
 ＜交通＞ JR「保土ヶ谷駅」から徒歩10分  
 富士見台小学校より徒歩1分

対象	活動時間	内容	月会費
幼稚園児	月/15:30~16:30	文字と計算の基本を遊びを通して身につけます	6,825円
1年生	月/15:00~16:00	算数…学校の教科書に沿ったテキストで予習・復習を行います 漢字…「漢検」(漢字検定能力協会)用のテキストを使用します ＊毎年2月に実施する「漢字検定」「数学検定」がカリキュラムに含まれます。 ＊清水ヶ丘教室の子どもの教室がセットになっています。 お好きな種目を1種目お選びください。 (2種目目以降は、1種目につき +1,575円)	
2年生	月/16:00~17:00		
3年生	月/16:30~17:30		
4年生	月/17:00~18:00		
5年生	月/18:00~19:00		
6年生	月/17:30~18:30		

\*年度会費に検定料・テキスト代・スポーツ保険等が含まれています

# ◆富士見台小教室◆

富士見台小学校

\*不定期活動ですので日程をご確認ください。\*ビジター参加される方は事前にお申込み下さい。

＜所在地＞横浜市保土ヶ谷区岩井町307  
 ＜交通＞ JR「保土ヶ谷駅」から徒歩10分

教室名	活動時間	対象	内容	会員	ビジター
富士見台剣友会(剣道)	土/9:30~11:30	幼児~成人	初心者対象の剣道入門教室 防具なしでOK 竹刀も貸し出します	月会費なし	1回500円
富士見台PP(ピ・パ・プ)クラブ(健康体操)	土/14:00~15:00	45歳以上の男女	体力アップのための運動をバランスよく行います 経絡ストレッチ・簡単エアロビクス・脳トレ体操	月1,000円	1回500円
おもしろ科学教室	土/10:00~11:30	幼児~小学生	実験を通してみんなで不思議を発見しよう！ そして一緒に答えを調べよう！	全10回 5,775円	1回 800円
			歌やゲームを楽しみながら英会話を学ぼう！	全20回 11,550円	1回 800円

カンガルークラブの教室はすべて 見学自由・入会随時・体験有り (1回500円)

\*体験のお申込みは、FAXかメールでお願いいたします。【・参加教室名 ・参加日時 ・参加者氏名 ・年齢(学年) ・住所 ・電話番号】