

心と体を
鍛える

JPCスポーツ教室 2つのオリジナル体幹クラス!

体操体幹 トレーニングクラス

未就園児～小学生対象

こんな
お子様に
オススメ!



- ◎ 人の話をしっかり聞けるようにしたい
- ◎ 遊びながら運動神経を高めたい
- ◎ できないことへの挑戦の機会を与えたい
- ◎ 姿勢や集中力を養いたい
- ◎ 走るのが速くなりたい
- ◎ 体育の授業についていきたい

諦めない、粘り強い子になる!

3歳児から行える遊びを取り入れた、体の使い方を覚えることを中心としたトレーニングを行います。3歳から12歳までの間にバランス、脳・神経系すべてを刺激することで運動能力を高め「できない」を「できる」に変えていきます。



詳しくは
教室の様子を
動画で見てね!



体幹 トレーニングクラス

小学生・中学生以上対象

こんな
お子様に
オススメ!



- ◎ 勝ちたい相手がいる
- ◎ もっと上を目指したい
- ◎ メンタルを強くしたい
- ◎ フィジカルを鍛えたい
- ◎ 体力をつけたい

ライバルに勝つためのトレーニング!

各種スポーツに励む子どもを対象とした、体幹トレーニング中心の指導を行う教室です。KOBAS式体幹バランストレーニング「KOBAS☆トレ」有資格者指導のもと、競技に有利になる体の使い方の指導をしていきます。



詳しくは
教室の様子を
動画で見てね!



KOBA's TAIKAN BALANCE

KOBA★トレで

鍛えられる4つの能力



柔軟性

カラダが柔らかくなれば
動きもスムーズに!



安定性

骨盤の安定によって
ブレないカラダの軸が完成!



バランス

普段使われていない筋を
呼び覚ましバランス力が向上!



運動性

多くの筋肉を同時に運動させ
動きを力強くスムーズに!

スケジュール

月～金 時間割

1部 15:15～16:15 未就園児 園児

2部 16:30～17:30 園児 小学生

3部 17:45～18:45 園児 小学生

4部 19:00～20:00 小学生

5部 20:15～21:15 中学生 高校生 大人

体操体幹
トレーニング
クラス

体幹
トレーニング
クラス

土曜日 時間割

1部 8:30～ 9:30 小学生

2部 9:45～10:45 園児 小学生

3部 11:00～12:00 園児 小学生

体操体幹
トレーニング
クラス

午後のクラスも随時開講予定!

JPC スポーツ教室

6つの特徴



1

安心安全の
空調設備

2

少人数制での
授業

3

全面人工芝で
人体の負担を軽減

4

振替授業が
行える

5

「KOBAS☆トレ」の
有資格者が指導

6

クラス別でレベルに
合わせた指導

会員様・
保護者様
の声



性格が明るくなり、行動が積極的になりました

体操体幹トレーニングクラス 5歳

集団生活の中で他のお友達のことを考えて取り組めるようになりました

体操体幹トレーニングクラス 4歳

小学校の跳び箱8段が飛べるようになりました!

体操体幹トレーニングクラス 8歳

体幹を鍛えてから姿勢が良くなり、勉強の集中力が上がりました

体幹トレーニングクラス 13歳

目標であった強豪高校に入学し、1年生からメンバー入りできた

体幹トレーニングクラス 16歳



JPCスポーツ教室 豊中店

〒561-0859 大阪府豊中市服部豊町1-11-22

営業時間 平日/15:15～21:15 土曜日/8:30～12:00

06-6152-9499

定休日 日曜日・祝日(祝日営業日有り)

HPから
無料体験
申し込み

