

NBHキッズジュニア クラスレベル一覧

NBHバレエ クラスレベル

キューピット (50分)	シンデレラ (75分)
対象:2歳~3歳、初めてのバレエ	対象:6歳以上
バレエに触れることから始まります。このクラスのレッスンが後のバレエレッスンで大切になります。ご挨拶、お話を聞くことなどの教育から、リズム感、バレエ用語を覚えながら、音楽に合わせて身体を動かします。	6歳からバレエを始めたお子様、キッズクラスを体験し、上達したお子様、進級した小学校1年生~受講できるクラスです。
クララ (50分)	オーロラ (75分)
対象:3歳~5歳	対象:6歳~9歳
音楽に合わせて踊ることの楽しさを感じるクラスです。楽しみながら協調性、集中力も養います。	更なるバレエの基礎、ステップを習得し、動きに必要なターンアウト、身体の軸(センター)作りをします。ポアントシューズを履くための身体の準備をします。 ※ポアントを履けるか履けないかは、講師の指示により決定いたします。ご質問がありましたら、お気軽にフロントまでお問い合わせください。
スワニルダ (50分)	オデット (75分)
対象:4歳~5歳 または1年以上受講されているお子様	対象:10歳以上
キッズバレエを1年間習得した子供達の次のステップクラスになります。腕、足のポジションなどバレエの基礎を学びながら、正しい立ち方、しなやかな振る舞いなどを習得します。	本格的なバレエステップを学びながら、これまでに習得した音楽性、表現力など感性をさらに磨きます。トゥシューズの基礎を習得します。

NBH体操 クラスレベル

ハート (50分)	ダイヤ (50分)
対象:2歳~3歳、初めての体操	対象:6歳以上
ご挨拶、お話を聞くことなどの教育から、音楽に合わせて踊ったり、走ったり、運動の基礎を学びます。対応できるようになったら、前転、後転、鉄棒などにもチャレンジしていきます。初めての集団行動の為、お子さまの得意なことを活かしながら、協調性も少しずつ学んでいきます。お友達と体操座りで待つこと、大きな声でお返事するなど、順番で運動することも覚えていきます。	小学校で対応する運動をクオリティ高く取得していきます。様々な運動を覚える時期だからこそ、体幹をより身につけ、身体の軸と可動域を広げ、動きやすい身体を作っていきます。他のスポーツにも応用できますので、バレエで身体が硬いお子さまはぜひ、ドロップインで受講してみてください。オススメです。
クローバー (50分)	スピード (50分)
対象:3歳~5歳	対象:10歳以上
マット運動、前転、後転、鉄棒をメインに、チャレンジしていきます。本格的な運動の基本技、倒立や回転系などの技のレッスンも追加しながら、体幹を身につけていきます。基本動作を正確に身につける為、反復練習も大切にしています。	より高度な動きを取得します。転回(ハンドスプリング)、バク転など難しい技を安全に、そして綺麗な形で覚えていきます。
	リズム (50分)
	対象:ALL ※今後年齢でクラス編成有
	音楽に合わせてながら、身体を動かします。踊りで身体を動かすことで、目からの脳への伝達と、音楽を聴く聴力からの脳への伝達で、より全身を動かす動作が速く、動きやすくなります。バレエのお子さまにも有効なクラスです。