

ごあいさつ

アールズ代表

高橋 哲以
たかはしてつ



この度はアールズ コーディネーションスタジオ(旧ライズアップスポーツ)にご関心をお持ちいただき誠にありがとうございます。

これまで、私は体育の教員をしている中で、生徒の全体的な運動能力が年々低下していることを目の当たりにしてきました。また、「走るの速いけど球技はダメ」といった、特定のスポーツに偏った生徒も多く見受けられました。事実、文部科学省のデータからも1985年頃から子どもの体力・運動能力の低下傾向が続いていることが示されています。これは、社会環境や生活様式の変化により遊ぶ場所や時間が減少していること、特定のスポーツ教室にのみ通っているということが原因として挙げられます。

スポーツが出来ることが全てではありません。しかし、意欲的な心や自信、社会性、コミュニケーション能力の獲得、危険回避能力などスポーツを通して得られることは数え切れないほど多くあります。そしてその多くは、将来健康的で豊かなライフスタイルを送る為に必要なことばかりです。

私たちアールズは『全ての子どもたちに健やかな心と運動能力を』をモットーとして、その手助けが出来ればと思っています。

代表プロフィール

1980年7月14日生まれ。

幼少の頃より、スキー、サッカー、水泳、バドミントン、テニス、陸上、体操など様々なスポーツを経験し、国立鹿屋体育大学・大学院時代には全国クラブチームサッカー選手権において、チームの一員として鹿児島県優勝に導く。

大学院修了後、特別支援学校、スポーツジムインストラクター、体育の家庭教師、中学校体育教師を経て、現在は、大学で体育の非常勤講師、およびロッククライミングジムのインストラクターを務める。様々なフィールドで、体育・運動・スポーツ・教育をキーワードに、老若男女問わず指導してきた経験より、幼児期からの運動指導の重要性を感じる。

自分の子供が生まれたことがきっかけで、「多くの子どもの運動神経が向上して欲しい」と情熱を燃やし、運動脳力向上教室「アールズ コーディネーションスタジオ」(旧ライズアップスポーツ)を立ち上げる。

※中・高保健体育教員免許保有、全日本スキー連盟公認スキー指導員、NESTAキッズコーディネーショントレーナー、日本発育発達学会認定幼少年体育指導士。

Foundation クラス (学園前教室)



〒631-0034 奈良市学園南 3-2-3 サロンドエステージ 2F
※駐車場有り

Basic クラス (西武生涯スポーツセンター)



〒631-0052 奈良市中町 4860 番地
奈良市西部生涯スポーツセンター

お問い合わせ

0743-25-7221 (7:00~19:00 ※日・祝除く)

arps@arps-japan.com

アールズ コーディネーションスタジオ
www.arps-japan.com



運動神経は遺伝すると思いませんか? そんなことはありません!!



運動神経をガンガン伸ばす

運動脳力向上教室!!



アールズ コーディネーションスタジオ

目指せ！オールラウンドプレイヤー！



全ての運動の土台を作る教室！

球技系

サッカー
ラケット競技
バスケットボール
バレーボール
野球

陸上系

走る
投げる
跳ぶ

体操系

マット運動
鉄棒
跳び箱
縄跳び

コーディネーション運動※1

※1 様々なスポーツや遊びの要素を含んだトレーニング・プログラムです。

コーディネーション運動とは...

思い通りに身体が動かせるように神経回路を発達させる運動のことです。



小さな「できた！」を積み重ねよう！



ARPSオリジナルプログラムは遊び感覚で出来る楽しい運動なので、運動が苦手な子どもから得意な子どもまで飽きずに運動センスを磨くことができます。

クラス内容

Foundation クラス

Aクラス Bクラス Cクラス

3歳児 (年少)

4歳児 (年中)

5歳児 (年長)

～小学2年生

Basic クラス

B-1 クラス

小学2年生～

※図は各クラス対象年齢の目安です。

レッスンで行う種目

コーディネーション運動・巧緻性運動・基礎運動 (走る・跳ぶ・回る)
体幹トレーニング・ステップワーク (ラダーなど)・リズム遊び・ダンス
マット運動・鉄棒・跳び箱・縄跳び・ボールを使った運動 など

Foundation クラス (学園前教室)

Aクラス (基礎コース)
「動くことは楽しい!」と知ってもらう為、体の基本的な使い方を遊びを通して学んでいくクラスです。

Bクラス (応用コース)
少し難しいことにも「チャレンジ」する精神を養いながら、様々な動き方を身につけていくクラスです。

Cクラス (発展コース)
ルールを決めた運動を複数名で行うことにより、コミュニケーション能力の向上を図りつつ、体を自在にコントロールする為の身体軸を作っていくクラスです。

Basic クラス (西武生涯スポーツセンター)

B-1クラス (飛躍コース)
コーディネーション運動を通して「好きな(得意な)スポーツ」の発見を促し、小学校体育種目や様々なスポーツを行っていくクラスです。



ご利用料金&時間割

体験レッスン	一人につき1回のみ	無料!!
入会金	入会時のみ	¥2,160
保険加入費	年間(4月～翌3月)	¥800
ユニフォーム	シャツ	¥2,700
	パンツ	¥1,620



Foundation クラス (学園前教室)

月額料金	週1回コース	¥6,480
	週2回コース	¥10,800

	月	火	水	木	金	土	日
09:00-09:50						A	
10:00-10:50						B	
11:00-11:50						C	
15:30-16:20				A	A		
16:30-17:20				B	B		
17:30-18:20				C	C		

Basic クラス (西武生涯スポーツセンター)

月額料金	月4回コース	¥7,600
------	--------	--------

	月	火	水	木	金	土	日
18:10-19:10					◎		

※料金は全て税込みです