



2022 COZY・JASSBA朝霞スクール



◆クラス詳細◆

曜日	クラス名	対象	レッスン時間	年間回数	メイン会場	新規開設
月曜	アスリート塾幼児45	3歳～小1（目安）	17:30-18:15	48	産業文化センター	
	アスリート塾小学生90	小学生	18:15-19:45	48	産業文化センター	
火曜	アスリート塾幼児45	3歳～小1（目安）	①15:15-16:00 ②16:00-16:45	48	ゆめばれす	
	アスリート塾低学年90	低学年	16:45-18:15	48	ゆめばれす	
	アスリート塾高学年90	高学年	18:15-19:45	48	ゆめばれす	
	アスリート塾競技者	小3～中3	19:30-21:00	48	ゆめばれす	
	COZY陸上クラブ朝霞	小3～中3	17:30～18:30	40	朝霞陸上競技場	
水曜	バルシューレ	4歳～小3（目安）	17:30～18:30	48	産業文化センター	
	COZYアカデミー トレーニング専科	小4～中3	18:30～20:00	48	産業文化センター	
木曜	アスリート塾幼児45	3歳～小1（目安）	17:30-18:15	48	ゆめばれす	
	アスリート塾小学生60	低学年（目安）	17:30-18:30	48	ゆめばれす	
	アスリート塾小学生90	高学年（目安）	18:30-20:00	48	ゆめばれす	
	アスリート塾競技者	小3～中3	18:15-19:45	48	ゆめばれす	
金曜	かけっこスクール	4歳から小4（目安）	17:00～17:45	40	朝霞中央公園	4月新設
	ボールスポーツ	小2から小6（目安）	17:45～18:45	36	朝霞中央公園	4月新設
	COZYアカデミー野球専科	小3～中3	17:30～19:00	40	朝霞中央公園	
土曜	バルシューレ	4歳から小3（目安）	9:00～10:00	48	ゆめばれす	
	アスリート塾低学年60	低学年	10:00～11:00	48	ゆめばれす	
	アスリート塾高学年60	高学年	11:00～12:00	48	ゆめばれす	4月新設
日曜	ボールスポーツ	小2から小6（目安）	9:00-10:00	36	ゆめばれす	4月新設
	アスリート塾小学生90	高学年（目安）	10:30-12:00	48	ゆめばれす	4月新設

COZYのスクールです。※COZYはJASSBAのプログラム監修を行うトレーナーチームです。

2022年度提供プログラム（※無料）

- 体力テスト年2回（4月、9月）
- 栄養講習会年3回（オンラインにて希望者）
- 目標の立て方について年2回（5月、10月）
- スポーツマンシップ講習会年2回（オンラインにて希望者）
- 自宅チャレンジトレーニングプログラム配信（公式LINEで月1回配信）