

CMBトレーニング

クラス	対象	内容	料金
ベーシック	高校生以上	いろいろなボディワークで感覚力を高め、高め疾患の改善やダイエット、ボディデザイン、パフォーマンスアップにつなげていきます。	¥1,000/回 ¥3,500/月
アドバンス	高校生以上	指導員が直接身体に触れながら感覚力を伝えて行きます。定員8名までです。	¥2,000/回 ¥7,000/月
マスター	高校生以上	より詳しくCMBの世界を知りたい方、指導員に興味をお持ちの方対象のクラスです。アドバンスクラスで習得され、指導員の許可が出た方のみ参加可能です。	¥3,000/回 ¥10,000/月

護身空手

クラス	対象	内容	料金
幼児	満3歳 ～就学まで	基礎体力の向上を計るとともに、あいさつなど礼節をきちんと指導していきます。	¥5,000/月
小・中学生	小～中学生	教えられるだけの受動的な稽古から積極的に自ら学ぶ能動的な稽古に、押忍(勇気と忍耐)の精神を養います。	¥5,000/月
一般	高校生以上	護身はもとより、あらゆる目的で集まった方々が空手を通じて自己を磨いて行きます。	¥5,000/月

スポーツ

クラス	対象	内容	料金
ボルダリング トレーニング	小学生～ 定員:5名	ボルダリングは全身運動です。登っている間に、普段忘れられた筋肉も無意識のうちに動かしています。継続していくと、『今日は股関節が良く入る』、『今日は肩の動きがいつもより良い』、『今日は右側の腿が張っている』、『身体が軽い』、『重たい』…、といったさまざまな身体の内側からの『声』に気づけるようになっていきます。CMBでは、内側からの『気づき』を大切にしています。ボルダリングを通してこの身体の『気づき』を体験していきます。	初めての方 4,200円/回 2回目以降 3,150円/回
運動能力開発教室	幼児・小学生	屋外での運動、(ランニング、スラックライン(綱渡り)、木のぼりなど)を通し、子供たちの基礎体力、バランス力、持久力などのさまざまな運動能力を高めていきます。新しいスポーツも取り入れ、子供に飽きさせないカリキュラムを組んでいきます。	¥4,000/月 (他教室受講者: ¥2,000/月)
太極拳	高校生以上	素朴な風格の太極拳です。併せて感覚を養う対人の稽古法、「推手」を指導します。	¥1,500/回 ¥5,000/月
健康太極拳	高校生以上	楊式をベースにゆったりと身体を動かし気血の流れを整えます。	¥1,500/回 ¥5,000/月
武術太極拳	高校生以上	実際に使える技を総合太極拳より修得します。同時に各種兵器術も学びます。	¥1,500/回 ¥5,000/月
JUN's English-taught Karate Dojo	Basic Karate For English speakers, Non Japanese speakers!	For those of you who would like to learn "Self Defense Karate" and what Karate-do is like! For those of you who feel like trying Basic Karate! For those of you who hesitant or reluctant to participate Japanese-taught Karate Dojo! And of course for those of you who would like to learn English and Karate at same time!	10,000yen/month 20,000yen/consecutive 3months 2,000yen/class (Applicable to the first month)

カルチャー

クラス	対象	内容	料金
英会話道場JUN - 初級-		英語の基本的な文法から学びたい、学び直したい方。言語感覚の違いを掴みたい方。英語で楽しく話せるようになりたい方。	初回無料 ¥1,000/回(初月のみ適用) ¥6,000/月
英会話道場JUN - 中級-		英語文法は軽いうさらい程度教われればよいが、英語で自分を表現できるようになりたい方。言語感覚の違いを掴みたい方。英語で楽しく話せるようになりたい方。	初回無料 ¥1,000/回(初月のみ適用) ¥6,000/月