

2022年度 第Ⅲ期健康・スポーツ教室

	教室名	曜日	時 間	対 象	定 員	回 数	期 間	受 講 料	受付開始日	受付時間 / 受付方法	
健康教室 ・ 親子体操教室 ・ 幼児体育教室	ソフトエアロビクス	木	10:15～11:15	一 般							
	ヨーガ教室	月	9:30～11:00	一 般	※ 各若干名	11回	9/26～12/19	8,800円	9月5日(月)	毎日8:45～ 窓口先着受付	
			11:15～12:45								
		金	13:15～14:45	一 般							
		いきいき新太極拳	日	14:15～15:45	一 般						
		ヘルシー&レクリエーション	金	10:15～11:45	60歳以上の男女	若干名	11回	9/30～12/9	8,800円	9月9日(金)	毎日8:45～ 窓口先着受付
		幼児体育教室(4～6歳児)	金	14:45～15:45	4～6歳児(就学前)	若干名	11回	9/30～12/9	10,780円	9月9日(金)	毎日8:45～ 窓口先着受付
		親子体育あそび教室(2～3歳児)	火	10:15～11:30	2～3歳児と親	※若干名	12回	10/4～12/20	11,760円	9月6日(火)	毎日8:45～ 窓口先着受付
		幼児体育教室(3～4歳児)	月	15:30～16:30	3～4歳児	若干名	11回	9/26～12/19	10,780円	9月5日(月)	毎日8:45～ 窓口先着受付
		ぽこ・あ・ぽこ(2～3歳児) ～体育・音楽・造形あそび教室～	水	10:15～11:30	2～3歳児と親						
	骨格改善ストレッチ	水	9:30～10:30	一 般	若干名	10回	10/5～12/14	9,000円	9月7日(水)	毎日8:45～ 窓口先着受付	
	背骨コンディショニング	月	9:45～11:15	一 般	※若干名	11回	9/26～12/19	9,900円	9月5日(月)	毎日8:45～ 窓口先着受付	
		火	9:45～11:15	一 般	※若干名	12回	10/4～12/20	10,800円	9月6日(火)	毎日8:45～ 窓口先着受付	
スポーツ教室 ・ トレーニング教室	フレッシュインドアテニス(初級～)	月	10:15～11:45	一 般	※若干名	11回	9/26～12/19	17,160円	9月5日(月)	毎日8:45～ 窓口先着受付	
	フレッシュインドアテニス(初級～)	木	10:15～11:45		※若干名	9回	9/29～12/8	14,040円	9月8日(木)	毎日8:45～ 窓口先着受付	
	ナイトインドアテニス(中級～)	木	19:15～20:45	5年以上経験者	若干名	9回	9/29～12/8	14,040円	9月8日(木)	毎日8:45～ 窓口先着受付	
	ナイトインドアテニス ビギナーズクラス(初心者)	金	19:15～20:45	一 般	若干名	11回	9/30～12/9	17,160円	9月9日(金)	毎日8:45～ 窓口先着受付	
	インドアシニアテニス(初級～)	月	15:15～16:45	60歳以上の男女	若干名	11回	9/26～12/19	17,160円	9月5日(月)	毎日8:45～ 窓口先着受付	
	バドミントン(初級～)	火	9:15～11:00	一 般	※ 各若干名	12回	10/4～12/20	11,400円	9月6日(火)	毎日8:45～ 窓口先着受付	
			11:05～12:50								
	バドミントン(初級・中級)	水	20:00～21:00		若干名	11回	10/5～12/21	5,940円	9月7日(水)	毎日8:45～ 窓口先着受付	
	バドミントン(初級・中級)	金	19:00～21:00		若干名	11回	9/30～12/9	11,880円	9月9日(金)	毎日8:45～ 窓口先着受付	
	卓球(初級・中級)	水	20:00～21:00		若干名	11回	10/5～12/21	5,940円	9月7日(水)	毎日8:45～ 窓口先着受付	
シェイプアップコース(トレーニング室)	月	10:00～12:00	女 性	※若干名	11回	9/26～12/19	10,780円	9月12日(月)	毎日8:45～ 窓口先着受付		
シェイプアップコース(トレーニング室)	火	13:30～15:00		若干名	12回	10/4～12/20	9,000円	9月13日(火)	毎日8:45～ 窓口先着受付		
シェイプアップコース(トレーニング室)	木	10:00～12:00		※若干名	11回	10/6～12/22	10,780円	9月15日(木)	毎日8:45～ 窓口先着受付		

キッズ・ジュニア教室	かけっこ	月	16:45～17:45	小学1～3年生	若干名	11回	10/3～12/26	13,200円	9月12日(月)	毎日8:45～ 窓口先着受付
	陸上		17:50～18:50	小3～中1年生	若干名			14,300円	9月12日(月)	毎日8:45～ 窓口先着受付
	キッズテニス	月	16:00～17:00	幼児年長～小2	若干名	8回	10/3～11/28	8,800円	9月5日(月)	毎日8:45～ 窓口先着受付
	ジュニアテニス		17:10～18:40	小3～中1年生	若干名			12,000円	9月5日(月)	毎日8:45～ 窓口先着受付
	キッズテニス	金	16:00～17:00	幼児年長～小2	若干名	8回	10/7～12/2	8,800円	9月9日(金)	毎日8:45～ 窓口先着受付
	ジュニアテニス	金	17:10～18:40	小3～中1年生	若干名	8回	10/7～12/2	12,000円	9月9日(金)	毎日8:45～ 窓口先着受付

○上記のスケジュールにより受付を行います。

○今回は、すべて欠員募集となります。各教室の欠員数は、9月1日(木)13:00以降に市立スポーツセンター総合体育館受付窓口(電話0797-87-5911)にお問い合わせください。

○市立スポーツセンター総合体育館窓口先着順の受付時間は、受付開始の日から毎日8:45～20:00(日曜日は17:00まで)までです。受講申し込みの際は、申込書へのご記入、受講料のお支払い手続きが必要となります。

●親子体育あそび教室(2～3歳児)、幼児体育教室(3～4歳児、4～6歳児)については、開講初日に満年齢に達していることが受講の条件となります。

注1 ※のついている教室は、託児付き教室(満2歳児～)となります。但し、下記のとおり定員となりますのであらかじめご了承ください。
託児料金は1回300円とし、教室申込み時に全回分頂戴します。(単発の日程での託児も可能ですが、託児料金は1回500円となります。詳しくは受付窓口へ)

注2 【託児定員】

木曜日	フレッシュインドアテニス 3名	シェイプアップコース 3名	
月曜日	フレッシュインドアテニス 3名 背骨コンディショニング 3名	シェイプアップコース 3名	ヨーガ教室前後半 計6名
火曜日	親子体育あそび教室2～3歳児 2名 背骨コンディショニング 3名	バドミントン教室前後半	計4名

2022年度 第Ⅲ期 末広スタジオ教室

	教室名	曜日	時間	対象	定員	回数	期間	受講料	受付開始日	受付時間 / 受付方法
末 広 ス タ ジ オ 教 室	中・高齢者運動	月	11:30~12:30	中・高齢者	若干名	12回	9/26~12/19	10,800円	9月5日(月)	毎日8:45~ 窓口先着受付
	社交ダンス	月	13:15~14:45	一般	若干名	12回	9/26~12/19	10,320円	9月5日(月)	毎日8:45~ 窓口先着受付
	ボディメイクピラティス	月	10:15~11:15	一般	※若干名	12回	9/26~12/19	12,000円	9月5日(月)	毎日8:45~ 窓口先着受付
		火			※若干名	12回	10/4~12/20	12,000円	9月6日(火)	毎日8:45~ 窓口先着受付
		日			若干名	12回	9/25~12/18	12,000円	9月4日(日)	毎日8:45~ 窓口先着受付
	ベリーダンス(初心~初級)	火	11:30~12:30	女性	※若干名	12回	10/4~12/20	12,960円	9月6日(火)	毎日8:45~ 窓口先着受付
	パワーヨガボディコンディショニング	火	19:00~20:00	一般	若干名	12回	10/4~12/20	12,000円	9月6日(火)	毎日8:45~ 窓口先着受付
	ダンスエアロ	水	10:15~11:15	女性	※若干名	11回	10/5~12/21	9,460円	9月7日(水)	毎日8:45~ 窓口先着受付
	ヘルシーストレッチ	水	13:00~14:15	高齢者	各若干名	各11回	10/5~12/21	9,460円	9月7日(水)	毎日8:45~ 窓口先着受付
	前半		14:30~15:45							
	ビューティーヨガ	水	11:30~12:30	女性	※若干名	11回	10/5~12/21	9,900円	9月7日(水)	毎日8:45~ 窓口先着受付
	ZUMBA®	木	10:10~11:00	一般	※若干名	11回	10/6~12/22	11,000円	9月8日(木)	毎日8:45~ 窓口先着受付
	Enjoy エアロ	金	10:15~11:15	女性	※若干名	11回	10/7~12/16	9,460円	9月9日(金)	毎日8:45~ 窓口先着受付
	英語deキッズチア	土	10:00~10:50	4~6歳児 (未就学)	若干名	10回	10/1~12/17	15,000円	9月3日(土)	毎日8:45~ 窓口先着受付
背骨コンディショニング	土	11:00~12:00	一般	※若干名	12回	10/1~12/17	10,800円	9月3日(土)	毎日8:45~ 窓口先着受付	

○上記のスケジュールにより受付を行います。

○今回は、すべて欠員募集となります。各教室の欠員数は、9月1日(木)13:00以降に市立スポーツセンター総合体育館受付窓口(電話0797-87-5911)にお問い合わせください。

○市立スポーツセンター総合体育館窓口先着順の受付時間は、受付開始の日から毎日8:45~20:00(日曜日は17:00まで)までです。
受講申し込みの際は、申込書へのご記入、受講料のお支払い手続きが必要となります。

注1 定員に※のついている教室は、託児付き教室(満2歳児~)となります。但し、下記のとおり定員となりますのであらかじめご了承ください。

託児料金は1回300円とし、教室申込み時に全開講日数分を頂戴します。(単発の日程での託児も可能ですが、託児料金は1回500円となります。詳しくは受付窓口へ)

注2 【託児定員】

月曜日	ボディメイクピラティス	8名	
火曜日	ボディメイクピラティス	8名	ベリーダンス 6名
水曜日	ダンスエアロ	8名	ビューティーヨガ 6名
木曜日	Zumba®	8名	
金曜日	Enjoy エアロ	6名	
土曜日	背骨コンディショニング	8名	

2022年度 第Ⅲ期 水泳教室

	教室名	曜日	時間	定員	対象	回数	期間	受講料	受付開始日	受付時間 / 受付方法
水	親子水泳 <small>べんぎんちゃん らっこちゃん</small>	火	10:00～11:00	※若干名	6か月から2歳児と	12回	10/4～12/20	16,320円	9月13日(火)	毎日8:45～ 窓口先着受付
		金		若干名	その保護者	11回	10/7～12/16	14,960円	9月16日(金)	毎日8:45～ 窓口先着受付
水	レディース(初心～初級)	水	12:20～13:20	若干名	女性	11回	10/5～12/21	10,450円	9月14日(水)	毎日8:45～ 窓口先着受付
	レディース(初級～中級)	水 木	11:10～12:10	各若干名	女性	各11回	10/5～12/21 10/6～12/22	10,450円	9月14日(水)	毎日8:45～ 窓口先着受付
		9月15日(木)							毎日8:45～ 窓口先着受付	
水	成人水泳(初心～中級)	土	10:00～11:00	若干名	中学生以上	12回	10/1～12/17	11,400円	9月10日(土)	毎日8:45～ 窓口先着受付
	レディース(中級～上級)	水 木	10:00～11:00	若干名 ※若干名	4泳法泳げる女性	各11回	10/5～12/21 10/6～12/22	10,450円	9月14日(水)	毎日8:45～ 窓口先着受付
		9月15日(木)		毎日8:45～ 窓口先着受付						
水	成人コース(中級)	水	19:15～20:15	各若干名	中学生以上で 25m以上1種目泳げる方 (上級は、50m以上)	各11回	10/5～12/21 10/7～12/16	10,450円	9月14日(水)	毎日8:45～ 窓口先着受付
	成人コース(上級)	金							9月16日(金)	毎日8:45～ 窓口先着受付
教	シニア(初心～初級)	火	12:35～13:35	各若干名	60歳以上	12回	10/4～12/20	11,400円	9月13日(火)	毎日8:45～ 窓口先着受付
		金	11:10～12:10			11回	10/7～12/16	10,450円	9月16日(金)	毎日8:45～ 窓口先着受付
教	シニア(初級～中級)	水	13:30～14:30	各若干名	60歳以上	各11回	10/5～12/21 10/6～12/22	10,450円	9月14日(水)	毎日8:45～ 窓口先着受付
		木							9月15日(木)	毎日8:45～ 窓口先着受付
室	水中運動(ウォーキング)	火	13:45～14:45	各若干名	中高齢者	各12回	10/4～12/20 10/1～12/17	16,320円	9月13日(火)	毎日8:45～ 窓口先着受付
		土	11:10～12:10						9月10日(土)	毎日8:45～ 窓口先着受付
室	アクアビクス	火	11:10～12:10	※若干名	一般	12回	10/4～12/20	16,320円	9月13日(火)	毎日8:45～ 窓口先着受付
	やさしいリズムアクア	金	12:15～13:15	若干名		11回	10/7～12/16	14,960円	9月16日(金)	毎日8:45～ 窓口先着受付
	アクアビクス	土	18:30～19:30	若干名		12回	10/1～12/17	16,320円	9月10日(土)	毎日8:45～ 窓口先着受付

○上記のスケジュールにより受付を行います。

○今回は、すべて欠員募集となります。各教室の欠員数は、9月1日(木)13:00以降に市立スポーツセンター総合体育館受付窓口(電話 0797-87-5911)にお問い合わせください。

○市立スポーツセンター総合体育館窓口先着順の受付時間は、受付開始の日から毎日8:45～20:00(日曜日は17:00まで)までです。受講申し込みの際は、申込書へのご記入、受講料のお支払い手続きが必要となります。

●親子水泳ペンギんちゃん、親子水泳らっこちゃんについては、開講日に満年齢に達していることが受講の条件となります。

注1 ※のついている教室は、託児付き教室（満2歳児～）となります。但し、下記のとおり定員となりますのであらかじめご了承ください。
託児料金は1回300円とし、教室申込み時に全回分頂戴します。（単発の日程での託児も可能ですが、託児料金は1回500円となります。詳しくは受付窓口へ）

注2 【託児定員】

火曜日 親子水泳ペンギんちゃん 2名 アクアビクス 2名

木曜日 レディース水泳（中級～上級） 6名