

# 令和4年度 スポーツ・健康教室のご案内

西野公園体育館、東野公園体育館、関B&G海洋センターで開催する前期スポーツ・健康教室の案内です。

西野公園体育館 (☎82-1144)							
教室名	曜日	回数	区分	場所	対象者	定員	参加費
テニス教室(一般)	火曜日	10	午前	庭球場	18歳以上の人	25人	5,500円
テニス教室(ステップアップ)	木曜日	10	午前	庭球場	18歳以上の人	8人	6,000円
夜間テニス教室(一般)	木曜日	10	夜間	庭球場	18歳以上の人	8人	10,000円
キッズテニス教室	木曜日	10	午後	庭球場	年長～小学2年生	10人	6,000円
ジュニアテニス教室	木曜日	10	午後	庭球場	小学3年生～6年生	10人	6,000円
わいわい! ニュースポーツ	水曜日	15	午前	体育館	18歳以上の人	20人	6,000円
太極拳	木曜日	20	午後	体育館	18歳以上の人	25人	8,000円

東野公園体育館 (☎83-1888)							
教室名	曜日	回数	区分	場所	対象者	定員	参加費
エンジョイ! エアロ	火曜日	20	午前	会議室	18歳以上の人	15人	8,000円
姿勢改善エクササイズ	火曜日	20	午後	会議室	18歳以上の人	20人	8,000円
からだのゆがみ整え体操	火曜日	20	午後	会議室	18歳以上の人	20人	8,000円
体幹エクササイズ	水曜日	20	午前	会議室	18歳以上の人	15人	8,000円
ポールでのびのびストレッチ	木曜日	20	午前	会議室	18歳以上の人	15人	8,000円
エアロ&動きケア	木曜日	12	夜間	会議室	18歳以上の人	15人	5,400円
健康いきいきヨガ	金曜日	18	午前	会議室	18歳以上の人	20人	8,100円
体幹バランスボール&ストレッチ	金曜日	18	夜間	会議室	18歳以上の人	15人	8,100円
ヒップホップリトル(基礎)	土曜日	18	午前	会議室	年長～小学2年生	15人	8,100円
ヒップホップジュニア(基礎)	土曜日	18	午前	会議室	小学3年生～6年生	15人	8,100円
ヒップホップStep Up	土曜日	18	午前	会議室	小学3年生～6年生の ヒップホップ受講経験者	15人	8,100円

関B&G海洋センター (☎96-1010)							
教室名	曜日	回数	区分	場所	対象者	定員	参加費
幼児短期水泳教室	月曜日	12	午後	プール	3歳～未就学児	15人	13,500円
	金曜日	12				15人	13,500円
キッズ短期水泳教室	月曜日	12	午後	プール	5歳～小学生低学年	15人	13,500円
	金曜日	12				15人	13,500円
ジュニア短期水泳教室	月曜日	12	午後	プール	小学1年生～6年生	15人	13,500円
	金曜日	12				15人	13,500円
水中ウォーキング	木曜日	15	午前	プール	18歳以上の人	35人	7,500円
アクアビクス～肩こり・腰痛 改善エクササイズ～	月曜日	15	午前	プール	18歳以上の人	30人	7,500円
大人の水慣れ教室	木曜日	10	午前	プール	18歳以上の人	10人	5,000円
コンディショニングヨガ	木曜日	17	午後	トレーニング室	18歳以上の人	30人	6,800円
自分でできる骨盤矯正教室	火曜日	12	午後	トレーニング室	18歳以上の人	30人	4,800円

**申込方法** 参加費、スポーツ保険料を持参の上、各施設へ直接お申し込みください。

**受付開始日** 3月4日(金)

### その他

- ▷詳しい日程表は、申込時にお渡しします。
- ▷教室によっては、最少催行人数を設定しています。
- ▷申込時に、スポーツ安全保険加入を証する会員証を発行します。
- ▷本会員証をお持ちの人は、3施設で開催する教室において、再度スポーツ安全保険へ加入する必要はありません。参加費のみで各教室を受講いただけます。(定員の関係で参加できない教室もあり)

※教室の内容など詳しくは、各施設へ直接お問い合わせください。

●教室に参加するには、スポーツ安全保険への加入が必要です。スポーツ安全保険は、年度末(令和5年3月末)まで有効です。一度加入すると、各施設で実施するいずれの教室でも保険が適用されます。

- ① 高校生以上64歳以下…1,850円
- ② 65歳以上…1,200円
- ③ 子ども(中学生以下)…800円

### 問合先

西野公園体育館 (☎82-1144)  
東野公園体育館 (☎83-1888)  
関B & G海洋センター (☎96-1010)  
文化スポーツ課スポーツ推進グループ (☎96-1224)