

お知らせワイド

令和6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							
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	6,500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	7,000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	11,000円
子どもテニス教室	木曜日	10	夜間	庭球場	年長～小学4年生	10人	7,000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
テニポンサークル	水曜日	15	午前	体育館	18歳以上の人	15人	4,500円
太極拳①(初心者)／②(経験者)	木曜日	15	午後	会議室	18歳以上の人	各15人	7,500円

東野公園体育館							
教室名	曜日	回数	区分	場所	対象者	定員	参加費
笑って楽しく介護予防体操(動きケア)	火曜日	20	午前	会議室	60歳以上の人	15人	9,000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	9,000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	9,000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	9,000円
リラクゼーションヨガ	水曜日	18	夜間	会議室	18歳以上の人	20人	9,000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	9,000円
はじめてのストレッチポール	木曜日	20	午前	会議室	18歳以上の人	15人	9,000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	6,000円
健康いきいきヨガ(①コース／②コース)	金曜日	20	午前	会議室	18歳以上の人	各20人	9,000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	9,000円
ヒップホップリトル	土曜日	18	午前	会議室	年長～小学2年生	15人	9,000円
ヒップホップジュニア	土曜日	18	午前	会議室	小学3年生～小学6年生	15人	9,000円
ヒップホップStep Up	土曜日	18	午前	会議室	小学3年生～小学6年生の経験者	15人	9,000円
新体操教室リトル	金曜日	18	午後	会議室	年中～年長	12人	11,700円
新体操教室キッズ	金曜日	18	午後	会議室	小学1年生～小学3年生	13人	11,700円
新体操教室ジュニア	金曜日	18	夜間	会議室	小学4年生～小学6年生	13人	11,700円

関B&G海洋センター							
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 (月曜コース/金曜コース)	月または 金曜日	12	午後	プール	3歳～未就学児	各10人	13,500円
キッズ短期水泳教室 (月曜コース/金曜コース)	月または 金曜日	12	午後	プール	5歳～小学生低学年	各15人	13,500円
ジュニア短期水泳教室 (月曜コース/金曜コース)	月または 金曜日	12	午後	プール	小学2年生～小学6年生	各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	月曜日	15	午前	プール	18歳以上の人	30人	7,500円
初心者水泳教室	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	7,650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	5,400円

受付開始日時

対象者が18歳以上の人、60歳以上の人の教室	3月6日(水)午前8時30分～
対象者が子どもの教室	3月9日(土)午前8時30分～

お申し込みは本人限り(家族に限り可)とさせていただきます(代理での申し込み不可)。

※各教室、定員になり次第、申込受付を締め切ります。

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。

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。
- ▷会員証(スポーツ保険加入証明)をお持ちの人は、1回500円で各教室の各回に参加できます(定員の関係で参加できない場合あり)。
- ※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、スポーツ保険への加入が必要です】
 スポーツ保険は年度末(令和7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。

- ①18歳～64歳……………1,850円
- ②65歳以上……………1,200円
- ③子ども(中学生以下)…800円

問合せ先

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)
 健康政策課スポーツ推進グループ(☎98-5002)