

体育館の 教室・イベント

場内各体育館

この他にも募集している教室などがある場合があります。
詳細は、10月15日から、区☎(コード①)をご覧ください。お問い合わせください。

☎10月15日から、区☎(コード①)、ハガキ・FAX(希望教室・イベント名、時間を選ぶものは希望時間、住所、氏名(ふりがな)、電話・FAX、年齢、性別、学年、在勤・在学・在園者は所在地・名称を記入)で、各申込期限(必着)までに、希望体育館へ。窓口申し込み可

- ※介助が必要な場合は介護者同伴
- ※費用は保険料などを含む
- ※保護者1人につき子どもは1人
- ※未就学児は保護者同伴



● 駒場体育館 (〒153-0041駒場2-19-39、☎3485-7761、☎3485-3926)

教室名など	日時	対象	定員(抽選)	費用	申込期限	
子キッズフットサルフェスティバル	11月12日(日)①12:50~13:50②14:00~15:00	①4歳以上の未就学児 ②小学1・2年生	各30人	無料	10月31日	
テニスクリニック	ダブルスゲームを楽しもう	11月23日(祝)9:00~11:00	テニスの経験がある①18歳以上の男性②18歳以上の女性③60歳以上	各12人	無料	11月6日
	子ジュニアテニスレッスン	11月23日(祝)11:00~13:00	小学3~6年生	20人		
	子親子で楽しむ簡単テニス	11月23日(祝)①11:15~12:15②12:30~13:30	4歳~小学2年生と保護者	各10組		
	苦手克服レッスン	11月23日(祝)14:00~16:00	16歳以上	36人		
知的障がい者スポーツ教室 ~バスケットボール	11月25日(土)9:30~11:30	一人で参加できる知的障害のある小学生以上	5人	250円	11月18日	
テニスワンポイントレッスン	11月25日(土)13:00~15:00	①18歳以上の初心者 ②小学3~6年生の初心者	①40人 ②12人	500円	11月1日	
月いち講座「アロマケア」	12月2日(土)9:30~10:30	16歳以上	15人	無料	11月13日	

● 区民センター体育館 (〒153-0063目黒2-4-36、☎3711-1139、☎3711-2594)

教室名など	日時	対象	定員	費用	申込期限
ワンポイントレッスン(水泳)	11月1~29日の毎週水曜日13:00~13:55	中学生以上	各10人(先着)	1回500円	当日12:30から窓口へ
フットサル交流会(火・金曜日)	11月7~28日(11月17日を除く)の毎週火・金曜日 20:15~21:15	16歳以上	各20人(先着)	1回500円	当日19:50から窓口へ
高介護予防歩行機能向上教室 ~ララフィット	11月22日~6年1月17日(1月3日を除く)の毎週水曜日12:00~13:00(全8回)	60歳以上	30人(抽選)	4,000円	11月1日
高60代から始めるヨガ	12月4~25日の毎週月曜日10:30~11:30(全4回)	おおむね60歳以上	30人(抽選)	2,000円	11月13日
初心者トレーニング教室	12月6日(水)15:00~16:00	16歳以上	10人(抽選)	500円	11月15日
子子どもヒップホップ教室	木曜日 12月7日~6年2月8日(12月28日、1月4日を除く)の毎週木曜日①16:55~17:45②17:50~18:40(各全8回)	①小学1・2年生 ②小学3年~中学生	各23人(抽選)	4,000円	11月16日
	金曜日 12月8日~6年2月2日(12月29日を除く)の毎週金曜日①16:55~17:45②17:50~18:40(各全8回)				11月17日
子キッズダンス基礎教室(金曜日)	12月8日~6年2月2日(12月29日を除く)の毎週金曜日16:00~16:45(全8回)	4歳~小学1年生	20人(抽選)	4,000円	11月17日
ソフトテニスクリニック	12月10日(日)9:00~13:00	中学生以上	40人(抽選)	無料	11月17日
高介護予防体力向上教室	12月11日~6年2月19日(1月1・8日、2月12日を除く)の毎週月曜日12:15~13:15(全8回)	立位動作に不安がない60歳以上	30人(抽選)	4,000円	11月20日

● 中央体育館 (〒152-0002目黒本町5-22-8、☎3714-9591、☎3714-9540)

教室名など	日時	対象	定員	費用	申込期限
フランクリンメソッドによる講習会 (体の動きを向上させる運動)	11月16日(木)19:00~20:00	16歳以上	18人(抽選)	500円	11月6日

● 八雲体育館 (〒152-0023八雲1-1-1 区民キャンパス内、☎5701-2984、☎5701-2985)

教室名など	日時	対象	定員	費用	申込期限
ランニングに活かせる講座 「ブレない姿勢を作る!体幹のストレッチ&筋トレ」	11月11日(土)10:00~11:00	16歳以上	25人(抽選)	500円	11月2日
トップアスリートふれあい事業 セパタクロ体験教室(足を使うバレーボール)	11月12日(日)10:00~11:30	小学生以上	30人(抽選)	無料	11月4日
子ジュニア体操体験会	11月13日(月)16:00~17:00	小学生	20人(抽選)	無料	11月6日
健康運動指導士によるお悩み相談	11月15日(水)①10:00~10:30②10:45~11:15	16歳以上	各1人(先着)	無料	当日まで(電話・窓口)
健康運動指導士による月イチ講座 「いざ実践!歩き方の極意」	11月15日(水)19:30~21:00	16歳以上	20人(抽選)	500円	11月9日
子ジュニア体操教室	11月20日~12月25日(12月11日を除く)の毎週月曜日16:00~17:00(全5回)	小学生	20人(抽選)	2,500円	11月13日
栄養講座「寝つきをよくする食事と生活習慣」	11月25日(土)14:30~15:30	16歳以上	7人(抽選)	無料	11月16日