

# 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、11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。

☎11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
知的障がい者スポーツ教室 ～バスケットボール	12月23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	12月16日
冬のゲートボール教室	6年1月5日～3月15日(2月23日を除く)の毎週金曜日 9:00～11:00(全10回)	16歳以上	10人	500円	12月18日
子月いち講座～親子体操	6年1月13日(土)15:00～16:00	4～6歳の未就学児と保護者	10組	無料	12月18日
初心者剣道教室	6年1月13日～3月2日の毎週土曜日16:00～17:30(全8回)	小学生以上	20人	4,000円	12月5日
子キッズダンス	6年1月15日～3月25日(2月12日を除く)の毎週月曜日 ①16:00～17:00②17:15～18:15(各全10回)	①小学1・2年生②小学3～6年生	各20人	5,000円	12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(抽選)	費用	申込期限
12月フットサル交流会	①12月5日(火)②12月12日(火)③12月19日(火) 19:00～21:00	16歳以上	各20人	500円	①11月24日 ②12月1日 ③12月8日
子幼児ヘキサスロン教室 (運動発達遊びプログラム)	12月20日～6年1月31日(1月3日を除く)の毎週水曜日 16:00～16:45(全6回)	4・5歳	20人	3,000円	11月29日
チューブdeトレーニング	6年1月9～30日の毎週火曜日13:30～14:30(全4回)	16歳以上	20人	2,000円	12月19日
高介護予防椅子エクササイズ	6年1月11日～2月29日の毎週木曜日14:00～15:00(全8回)	60歳以上	30人	4,000円	12月21日
初心者テニス教室	基礎編 応用編 6年1月13日～3月2日の毎週土曜日9:00～11:00(各全8回)	中学生以上	各20人	4,000円	11月29日

## ● 碑文谷体育館 (〒152-0003碑文谷6-12-43、☎3760-1941、☎3760-1943)

教室名など	日時	対象	定員(抽選)	費用	申込期限
子親子エンジョイスports教室 ～ピラティス編	6年1月13日～2月10日の毎週土曜日13:30～14:20(全5回)	3～6歳の未就学児と保護者	20組	1組2,500円	12月11日
高シニアから楽しむトレ ーニング	月曜日 6年1月15日～3月25日(2月12日を除く)の毎週月曜日 11:10～12:10(全10回) 木曜日 6年1月18日～3月21日の毎週木曜日11:10～12:10(全10回)	60歳以上	各15人	5,000円	12月11日
初心者フラダンス教室	①基礎編 ②応用編 6年1月18日～3月7日の毎週木曜日 ①9:30～10:30②10:50～11:50(各全8回)	①18歳以上の未経験者・初心者 ②18歳以上の経験者・初級者	各20人	4,000円	12月11日
健康ダンス教室	6年1月18日～3月7日の毎週木曜日14:30～15:30(全8回)	55歳以上	10人	4,000円	12月11日
子ジュニアフットサル体験教室	6年1月18日～3月7日の毎週木曜日 ①16:00～17:00②17:15～18:30(各全8回)	①5・6歳の未就学児 ②小学1・2年生	各30人	4,000円	12月11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(抽選)	費用	申込期限
フランクメソッドによる講習会 (体の動きを向上させる運動)	12月25日(月)10:30～11:30	16歳以上	18人	500円	12月11日
高チェアヨガ	6年1月10日～3月13日の毎週水曜日13:30～14:30(全10回)	60歳以上	18人	5,000円	12月18日
フラダンス教室	6年1月11日～3月14日の毎週木曜日 ①10:30～11:30②13:00～14:00(各全10回)	16歳以上	各18人	5,000円	12月18日
子子どもフラダンス教室	6年1月11日～3月14日の毎週木曜日16:30～17:30(全10回)	4歳～小学3年生	18人	5,000円	12月18日
いきいき元気体操金曜	6年1月12日～3月22日(2月23日を除く)の毎週金曜日 ①9:00～10:00②10:30～11:30(各全10回)	16歳以上	各10人	5,000円	12月18日
子親子トータルスポーツス クール	月曜日 6年1月15日～3月11日(2月12日を除く)の毎週月曜日 ①10:00～10:50②11:00～12:00(各全8回) 火曜日 6年1月16日～3月5日の毎週火曜日 ①10:00～10:50②11:00～12:00(各全8回)	①1歳6カ月～2歳6カ月と保護者 ②2～5歳と保護者	各25組	1組4,000円	12月18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 ～バテない脚を作る!下半身のスト レッチ&筋トレ	12月9日(土)10:00～11:00	16歳以上	25人(抽選)	500円	11月28日
健康運動指導士によるお悩み相談	12月14日(木)①14:00～14:30②14:45～15:15	16歳以上	各1人(先着)	無料	当日まで
健康運動指導士による月イチ講座 「だる重いカラダを解消?脱力のス スメ」	12月20日(水)19:30～21:00	16歳以上	20人(抽選)	500円	12月12日
栄養講座 ～腸内細菌でイキイキ食生活	12月23日(土)14:30～15:30	16歳以上	7人(抽選)	無料	12月14日