

体育館の 教室・イベント

場内各体育館

①6月15日から、区HP(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



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、6月15日から、区HP(コード①)をご覧ください。お問い合わせください。

● 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
子キッズテニス教室	7月21日～8月25日(8月11日を除く)の毎週金曜日 ①16:00～17:00②17:15～18:15(各全5回)	①小学1年生②小学2・3年生	各18人	2,500円	7月6日
知的障がい者スポーツ教室 バスケットボール	7月22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	7月15日
月いち講座「作って遊ぼう」 (ブンブンゴマを作って遊ぶ)	8月3日(木)11:00～12:00	小学生以上	15人	無料	7月10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
子小学生走り方教室	7月21日～8月18日(8月11日を除く)の毎週金曜日 ①16:00～16:50②17:10～18:00(各全4回)	①小学1・2年生②小学3～6年生	各25人	2,000円	6月30日
子小学生ヘキサスロン教室 (運動発達遊びプログラム)	7月26日～8月16日の毎週水曜日 ①16:00～16:50②17:10～18:00(各全4回)	①小学1・2年生②小学3～6年生	各25人	2,000円	7月5日
初心者ランニング教室	7月29日(土)17:00～18:00	16歳以上	15人	500円	7月7日
高介護予防歩行機能向上教室 ～ララフィット	8月2日～9月20日の毎週水曜日12:00～13:00(全8回)	60歳以上	30人	4,000円	7月12日
子子どもスポーツ塾教室 (マット運動・跳び箱・鉄棒)	8月3日～9月21日の毎週木曜日 ①16:00～16:50②17:10～18:00(各全8回)	①小学1・2年生②小学3～6年生	各25人	4,000円	7月13日
子子どもヒップホップ教室(木曜日)	8月3日～9月21日の毎週木曜日 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	4,000円	7月13日
子子どもヒップホップ教室(金曜日)	8月4日～9月29日(8月11日を除く)の毎週金曜日 ①16:55～17:45②17:50～18:40(各全8回)	①小学1・2年生②小学3～6年生	各23人	4,000円	7月14日
子キッズダンス基礎教室(金曜日)	8月4日～9月29日(8月11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	4,000円	7月14日
子小学生ボールゲーム交流会	8月6日(日)①9:00～10:10②10:40～11:50	①小学1～3年生②小学4～6年生	各25人	500円	7月14日
高介護予防体力向上教室	8月7日～10月2日(9月18日を除く)の毎週月曜日 12:15～13:15(全8回)	介護・介助を必要としない60歳以上	30人	4,000円	7月18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
カラダ改善(火曜日)	7月11日～9月19日(8月15日を除く)の毎週火曜日 ①9:00～10:00②10:30～11:30(各全10回)	16歳以上	各10人	5,000円	6月23日
やさしい筋トレ(水曜日)	7月12日～9月20日(8月16日を除く)の毎週水曜日 ①9:00～10:00②10:30～11:30(各全10回)	16歳以上	各10人	5,000円	6月23日
高シニアヨガ教室	7月12日～9月20日(8月16日を除く)の毎週水曜日 10:30～11:45(全10回)	60歳以上	15人	5,000円	6月23日
高チェア(いす)ヨガ	7月12日～9月20日(8月16日を除く)の毎週水曜日 13:30～14:30(全10回)	60歳以上	18人	5,000円	6月23日
エンジョイシェイプ(木曜日) (有酸素運動と筋トレ)	7月13日～9月21日(8月17日を除く)の毎週木曜日 ①9:00～10:00②10:30～11:30(各全10回)	16歳以上	各10人	5,000円	6月26日
いきいき元気体操(金曜日)	7月14日～9月22日(8月11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	6月26日
エアロビクスダンス教室	7月14日～9月22日(8月11日を除く)の毎週金曜日 10:00～11:00(全10回)	16歳以上	15人	5,000円	6月26日
高シニアピラティス教室	7月14日～9月29日(8月4・11日を除く)の毎週金曜日 13:30～14:30(全10回)	60歳以上	18人	5,000円	6月26日
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)	7月20日(木)19:00～20:00	16歳以上	18人	500円	7月10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	
子初心者ジュニア野球体験教室	7月25日～8月29日(8月15日を除く)の毎週火曜日 16:30～17:30(全5回)	小学生	30人	2,500円	7月4日	
子キッズ体操教室	鉄棒 跳び箱 8月23日～10月11日の毎週水曜日①13:30～14:30② 14:45～15:45③16:00～17:00(各全8回)	①4歳②5・6歳③小学1・2年生	各20人	4,000円	7月27日	
		初心者フラダンス教室	基礎編 応用編 8月24日～10月12日の 毎週木曜日(各全8回)	9:30～10:30 10:50～11:50	18歳以上の未経験者・初心者 18歳以上の経験者・初級者	各20人

● 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
健康運動指導士による月イチ講座 「身体の手入れ～はじめてのストレッチ」	7月19日(水)19:30～21:00	16歳以上	20人(抽選)	500円	7月11日
栄養講座「夏バテ予防・改善」	7月22日(土)14:30～15:30	16歳以上	7人(抽選)	無料	7月14日
健康体力相談健康運動指導士による お悩み相談	7月25日(火)①10:00～10:30②10:45～11:15	16歳以上	各1人(先着)	無料	電話・窓口で 当日までに 申し込み
もしもの時! AED等を用いた応急 救護を学ぼう	7月29日(土)10:00～11:30	16歳以上	5人(抽選)	無料	7月21日