

# 体育館の 教室・イベント

場内各体育館

☎9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・在園者は名称・所在地を記入)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



この他にも募集している教室などがあります。  
 詳細は、9月15日から、区HP(コード①)をご覧ください。

## ● 駒場体育館 (〒153-0041駒場2-19-39、☎3485-7761、FAX3485-3926)

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	10月22日(土)9:30～11:30	1人で参加できる知的障害のある小学生以上	5人	250円	10月15日
やさしいヨガ	10月25日～12月13日の毎週火曜日12:30～13:30(全8回)	16歳以上	50人	4,000円	9月28日
スタンダードピラティス	10月25日～12月13日の毎週火曜日14:00～15:00(全8回)	16歳以上	40人	4,000円	10月3日
ピラティスリラクゼーション	10月28日～12月16日の毎週金曜日12:30～13:30(全8回)	16歳以上	50人	4,000円	9月29日
すっきりヨガ	10月28日～12月16日の毎週金曜日14:00～15:00(全8回)	16歳以上	40人	4,000円	10月4日

## ● 区民センター体育館 (〒153-0063目黒2-4-36、☎3711-1139、FAX3711-2594)

教室名など	日時	対象(未就学児は保護者同伴)	定員(抽選)	費用	申込期限
子幼児体操教室	11月2日～12月14日(11月23日を除く)の毎週水曜日 16:00～16:45(全6回)	4・5歳	25人	3,000円	9月29日
子小学生フットサル教室	11月10日～5年1月5日(12月29日を除く)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	10月20日
子キッズダンス基礎教室(木曜日)	11月10日～12月22日の毎週木曜日16:00～16:45(全7回)	4歳～小学1年生	20人	3,500円	9月29日
子小学生ボールゲーム交流会	11月13日(日)9:00～10:10	小学1～3年生	25人	500円	10月24日
フットサルゲーム会	11月13日(日)10:40～11:50	16歳以上	20人	500円	10月24日

## ● 碑文谷体育館 (〒152-0003碑文谷6-12-43、☎3760-1941、FAX3760-1943)

教室名など	日時	対象	定員(抽選)	費用	申込期限
高シニアから楽しむトレーニング	10月24日～12月26日の毎週月曜日11:10～12:10(全10回)	60歳以上	15人	5,000円	9月30日
子幼児体操	(月曜日)	10月24日～12月26日の毎週月曜日10:00～10:50(全10回)	各15組	1組5,000円	9月30日
	(火曜日)	10月25日～12月20日の毎週火曜日16:00～16:50(全9回)		1組4,500円	10月1日
	(木曜日)	10月27日～12月22日(11月3日を除く)の毎週木曜日 ①10:00～10:50②11:20～12:10(各全8回)		①2歳と保護者 ②3歳と保護者	1組4,000円
シェイプアップディスコ	10月26日～12月21日(11月23日を除く)の毎週水曜日 19:15～20:15(全8回)	20歳以上	15人	4,000円	9月30日
健康ダンス教室	10月27日～12月22日(11月3日を除く)の毎週木曜日 16:00～17:00(全8回)	55歳以上	15人	4,000円	10月3日
美尻ヒップメイク	10月28日～12月23日(11月18日を除く)の毎週金曜日 16:00～17:00(全8回)	20歳以上	15人	4,000円	10月4日

## ● 中央体育館 (〒152-0002目黒本町5-22-8、☎3714-9591、FAX3714-9540)

教室名など	日時	対象	定員(抽選)	費用	申込期限
太極拳教室	10月14日～12月16日の毎週金曜日 ①9:00～10:15②10:30～11:45(各全10回)	16歳以上	各25人	5,000円	9月30日
らくらくヨガ教室	(金曜日)	16歳以上	各15人	5,000円	10月11日
	(月曜日)			4,000円	
高シニアヨガ教室	10月26日～12月21日(11月23日を除く)の毎週水曜日 10:30～11:45(全8回)	60歳以上	15人	4,000円	10月11日
フランクソングによる講習会 (体の動きを向上させるトレーニング)	10月27日(木)19:00～20:00	16歳以上	15人	500円	10月14日
初心者合気道教室	11月6～27日の毎週日曜日9:30～11:30(全4回)	中学生以上	6人	2,000円 (中学生 1,000円)	10月24日

## ● 八雲体育館 (〒152-0023八雲1-1-1 区民キャンパス内、☎5701-2984、FAX5701-2985)

教室名など	日時など	対象(未就学児は保護者同伴)	定員(抽選)	費用	申込期限
健康運動指導士による月イチ講座 ～ほぐしの極意	10月12日(水)19:30～21:00	16歳以上	20人	500円	10月5日
栄養講座 ～腸内環境を改善させる食事	10月22日(土)14:30～15:30	16歳以上	7人	無料	10月12日
子親子のびのびフィットネス	10月24日～12月26日の毎週月曜日13:30～14:30(全10回)	自立歩行できる1～3歳と保護者	20組	1組5,000円	10月13日
子キッズ体操教室	10月24日～12月26日の毎週月曜日14:45～15:45(全10回)	4歳以上の未就学児	20人	5,000円	10月13日
プロテニス選手によるテニスクリニック	11月3日(祝)①13:15～14:15②14:30～16:00 場宮前公園(八雲3-19-12)	①小学生②中学生以上	各20人	500円	10月20日

★感染症対策のため、中止・変更する場合があります。