

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、12月15日から、区HP(コード①)をご覧ください。

①12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



● 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
月いち講座～ロコモティブシンドローム(運動器の障害により移動機能が低下した状態)	5年2月4日(土)9:30~10:30	18歳以上	15人	無料	1月5日
子フットサル教室	5年2月17日~3月17日の毎週金曜日①②15:30~16:20 ③④16:30~17:25⑤⑥17:35~18:30(各全5回)	①平成29年4月~30年3月生まれ ②平成28年4月~29年3月生まれ ③小学1年生④小学2年生⑤小学3年生⑥小学4~6年生	各15人	2,500円	1月30日
初心者剣道教室	5年2月18日~3月25日の毎週土曜日16:00~17:30(全6回)	小学生以上	20人	3,000円	2月7日
子リズムで遊ぼう親子教室	5年2月19・26日の日曜日10:30~11:45	4歳以上の未就学児と保護者	各30組	1組400円	2月8日
子キッズダンス	5年2月20日~3月27日の毎週月曜日 ①16:00~17:00②17:15~18:15(各全6回)	①小学1・2年生 ②小学3~6年生	各20人	3,000円	1月31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	定員(抽選)	費用	申込期限
はじめてのヨガ教室	5年2月2日~3月30日(2月23日を除く)の毎週木曜日 12:00~13:00(全8回)	16歳以上	28人	4,000円	1月12日
子キッズダンス基礎教室(金曜日)	5年2月3日~3月24日の毎週金曜日16:00~16:45(全8回)	4歳~小学1年生	20人	4,000円	12月26日
子親子体操教室	5年2月6~27日の毎週月曜日10:00~10:45(全4回)	2・3歳と保護者	20組	2,000円	1月16日
高介護予防歩行機能向上教室 ～ララフィット	5年2月8日~3月29日の毎週水曜日12:00~13:00(全8回)	60歳以上	28人	4,000円	1月18日
高60代から始める男性の為に トレーニング教室	5年2月8日(水)15:00~16:00	60歳以上	28人	500円	1月18日
子子どもスポーツ塾教室	5年2月9日~3月30日(2月23日を除く)の毎週木曜日 ①16:00~16:50②17:10~18:00(各全7回)	①小学1・2年生 ②小学3~6年生	各25人	3,500円	1月19日
子子ども忍者教室	5年2月11日(祝)①10:30~12:00②13:30~15:00	平成28年4月2日生まれ~小学3年生	各30人	1,000円	12月26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
障害のあるかたのための エンジョイ・スポーツ教室	5年2・3月の第1・3金曜日13:30~14:30(全4回)	障害のあるかた	なし	1回150円	1月12日
ミニバレー体験交流会	5年2月11日(祝)9:30~11:30	小学生以上	60人	無料	1月23日
女性のためのリラックスヨガ	5年2月17日~3月17日の毎週金曜日13:30~14:30(全5回)	16歳以上の女性	20人	2,500円	1月26日
スタンダードヨガ	5年2月21日~3月28日(3月21日を除く)の毎週火曜日①9:00~10:00②10:20~11:20③11:40~12:40(各全5回)	18歳以上	各20人	2,500円	1月26日
子幼児英語リトミック教室	5年2月22日~3月29日の毎週水曜日①10:00~10:40 ②10:50~11:30③11:40~12:20(各全6回)	①②1歳と保護者 ③2歳と保護者	各15組	1組3,000円	1月26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
やさしい筋トレ(火曜日)	5年1月10日~3月14日の毎週火曜日10:30~11:30(全10回)	16歳以上	10人	5,000円	12月23日
カラダ改善(水曜日)	5年1月11日~3月15日の毎週水曜日10:30~11:30(全10回)	16歳以上	10人	5,000円	12月23日
テンポエクササイズ(木曜日)	5年1月12日~3月23日(2月23日を除く)の毎週木曜日 10:30~11:30(全10回)	16歳以上	10人	5,000円	12月23日
太極拳教室	5年1月13日~3月17日の毎週金曜日①9:00~10:15 ②10:30~11:45(各全10回)	16歳以上	各25人	5,000円	12月23日
いきいき元気体操(金曜日)	5年1月13日~3月17日の毎週金曜日10:30~11:30(全10回)	16歳以上	10人	5,000円	12月23日
ゆるトレ&ストレッチ(月曜日)	5年1月16日~3月20日の毎週月曜日10:30~11:30(全10回)	16歳以上	10人	5,000円	12月23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)	5年1月26日(木)19:00~20:00	16歳以上	15人	500円	1月5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	対象	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 ～骨に注目!!体が軽くなる秘密	5年1月11日(水)19:30~21:00	16歳以上	20人	500円	1月5日
子親子のびのびフィットネス	5年1月16日~2月27日(1月23日を除く)の毎週月曜日 13:30~14:30(全6回)	自立歩行できる1~3歳と保護者	20組	1組3,000円	1月5日
子キッズ体操教室	5年1月16日~2月27日(1月23日を除く)の毎週月曜日 14:45~15:45(全6回)	4歳以上の未就学児	20人	3,000円	1月6日
子ジュニア体操教室体験会	5年1月16日(月)16:15~17:15	小学生	20人	無料	1月6日
骨盤エクササイズ	5年1月17日~2月14日の毎週火曜日10:00~10:45(全5回)	16歳以上	30人	2,500円	1月10日
ズンバ教室 (ダンス系運動エクササイズ)	5年1月17日~2月14日の毎週火曜日11:00~11:45(全5回)	16歳以上	30人	2,500円	1月10日
子ジュニアバドミントン体験会	5年1月24日(火)17:40~18:40	小学生(帰宅時保護者同伴)	30人	無料	1月17日

★感染症対策のため、中止・変更する場合があります。