

# 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、2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。

①2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、📠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	3月25(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	3月18日
こま散歩 (区内の街並み、公園を散策する)	3月26日(日)10:00～13:00	約5km歩ける小学生以上	20人	無料	3月14日
子ジュニアテニスクリニック	3月27日(月)9:00～12:00	小学3～6年生	30人	500円	3月14日
やさしいヨガ	4月4日～5月23日の毎週火曜日12:30～13:30(全8回)	16歳以上	50人	4,000円	3月1日
スタンダードピラティス	4月4日～5月23日の毎週火曜日14:00～15:00(全8回)	16歳以上	40人	4,000円	3月6日
子キッズダンス	4月10日～6月12日の毎週月曜日 ①16:00～17:00②17:15～18:15(各全10回)	①新小学1・2年生 ②新小学3～6年生	各20人	5,000円	3月12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
子初心者ジュニアテニス教室	4月1日(土)・3日(月)・4日(火) ①②9:00～10:00③④10:00～11:00、 4月2日(日)①②11:00～12:00③④12:00～13:00	①4・5歳と保護者②6・7歳と保護者 ③新小学2・3年生④新小学4～6年生	①②各10組 ③④各20人	2,000円	3月3日
バレエ(初級)	4月1日～5月20日(4月29日、5月6日を除く)の毎週土曜日 17:45～18:45(全6回)	16歳以上	20人	3,000円	3月10日
子小学生新体操教室	4月12日～6月7日(5月3日を除く)の毎週水曜日 17:10～18:00(全8回)	新小学1～4年生	20人	4,000円	3月15日
はじめてのヨガ教室	4月6日～6月1日(5月4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	3月16日
子キッズダンス基礎教室(金曜日)	4月7日～6月2日(5月5日を除く)の毎週金曜日 16:00～16:45(全8回)	4歳～新小学1年生	20人	4,000円	3月17日
初心者テニス教室	4月15日～6月10日(4月29日を除く)の毎週土曜日 9:00～11:00(全8回)	中学生以上	40人	4,000円	3月1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
高シニアから楽しむトレーニング	4月3日～6月12日(5月1日を除く)の毎週月曜日 11:10～12:10(全10回)	60歳以上	15人	5,000円	3月12日
子産後ボディケア	4月5日～5月10日(5月3日を除く)の毎週水曜日 10:30～11:30(全5回)	2カ月～ハイハイ前までの乳児と、産後1 カ月後医師から運動許可が出ている母親	15組	1組 2,500円	3月12日
子幼児からのボール運動教室	4月6日～6月15日(5月4日を除く)の毎週木曜日 16:00～17:00(全10回)	4歳	15人	5,000円	3月12日
高シニア向けチェア(椅子)ヨガ	4月7日～6月9日(5月5日を除く)の毎週金曜日 10:00～11:00(全9回)	60歳以上	20人	4,500円	3月12日
かんたん機能改善教室～カキラメソ ッド(ろっ骨を中心に関節を使った エクササイズ)	4月7日～6月9日(5月5日を除く)の毎週金曜日 13:00～14:00(全9回)	20歳以上	15人	4,500円	3月12日
子キッズダンス	4月7日～6月9日(5月5日を除く)の毎週金曜日 16:00～17:00(全9回)	4・5歳	15人	4,500円	3月12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	
子バスケットボールクリニック	3月25日(土)9:00～12:00	小学生	40人	無料	2月28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トレーニング)	3月27日(月)10:30～11:30	16歳以上	15人	500円	3月3日	
子フットサルスクール	キッズ ジュニア 12歳以下	4月10日～6月19日(5月1日を除く)の 毎週月曜日(各全10回)	15:40～16:30	①5・6歳の未就学児	各20人 5,000円	3月24日。 ①は生年月日 を記載
			16:40～17:40	②新小学1・2年生		
			17:50～18:50	③新小学3～6年生		
フラダンス教室	4月13日～6月22日(5月4日を除く)の毎週木曜日 ①10:30～11:30②13:00～14:00(各全10回)	16歳以上	各15人	5,000円	3月24日	
子子どもフラダンス教室	4月13日～6月22日(5月4日を除く)の毎週木曜日 16:30～17:30(全10回)	4歳～新小学3年生	15人	5,000円	3月24日	
親子トータルスポーツ スクール(体の使い方やバ ランス感覚を養う運動)	月曜日	4月17日～6月12日(5月1日を除く)の 毎週月曜日(各全8回)	①10:00～10:50	①1歳6カ月～2歳6カ月と保護者 ②2～5歳と保護者	各18組 1組 4,000円	3月30日
	火曜日	4月18日～6月13日(5月2日を除く)の 毎週火曜日(各全8回)	②11:00～12:00			

## ● 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(抽選)	費用	申込期限
健康運動指導士による月イチ講座 ～「古武術による身体操作」身体を 動かす達人になろう	3月8日(水)19:30～21:00	16歳以上	20人	500円	3月2日
健康講座～初心者向けの基礎からラ ンニング教室	3月21日(祝)10:00～10:50	16歳以上	15人	500円	3月15日
健康講座～やさしいピラティス	3月21日(祝)11:00～11:50	16歳以上	30人	500円	3月14日
栄養講座～身体の中から綺麗になる 腸活術	3月25日(土)14:30～15:30	16歳以上	7人	無料	3月17日
高ゆっくりプログラム ～日常生活動作UP教室	4月11日～6月13日の毎週火曜日9:30～10:30(全10回)	60歳以上	30人	5,000円	3月28日
テニス教室 (場前公園庭球場(八雲3-19-12))	4月11日～6月13日の毎週火曜日13:00～15:00(全10回)	中学生以上の①未経験者・初心者 ②経験者・初級者	各20人	5,000円	3月24日

★感染症対策のため、中止・変更する場合があります。