

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、区(コード①)をご覧くださいか、お問い合わせください。

①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、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
キッズテニス教室	7月26日～8月23日の毎週金曜日 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11日
知的障がい者スポーツ教室 ～バスケットボール	7月27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20日
月いち運動講座「作って遊ぼう」	8月1日(木)11:00～12:00	小学生以上	15人	無料	7月11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
小学生ヘキサスロン教室 (投げる・跳ぶ・走るの基本動作)	7月17日～8月7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小学生	各25人	2,000円	6月28日
骨の健康チェック測定	7月19日(金)～21日(日)10:00～20:00	足のサイズが19cm以上のかた	なし	無料	当日受け付け
介護予防歩行機能向上教室 ～ララフィット	7月24日～9月11日の毎週水曜日12:00～13:00(全8回)	60歳以上	35人	4,000円	7月3日
小学生ドッジボール教室	7月30日～8月20日の毎週火曜日 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30人	2,000円	7月9日
小学生スポーツ塾教室 (跳び箱・マット・鉄棒)	8月1日～9月19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11日
キッズダンス基礎教室	8月2日～9月27日(8月16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5日
小学生ボールゲーム交流会 (ボール遊び・チーム戦)	8月4日(日)9:00～10:00	小学生	25人	500円	7月12日
こども体育館開放(バスケットボール・フットサル・マット運動ほか)	8月4日(日)10:30～11:40	4歳～小学生	25人	500円	7月12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
シニアから楽しむトレーニング	月曜日	60歳以上	15人	3,500円	7月31日
	木曜日			5,000円	
アンチエイジングストレッチ&トレーニング	8月20日～10月22日の毎週火曜日14:30～15:30(全10回)	20歳以上	20人	5,000円	7月31日
幼児体操	8月20日～10月22日の毎週火曜日16:00～16:50(全10回)	3・4歳	15人	5,000円	7月31日
シェイプアップディスコ	8月21日～10月23日の毎週水曜日19:15～20:15(全10回)	20歳以上	15人	5,000円	7月31日
ストレスケアのためのヨガ	8月22日～10月24日の毎週木曜日10:00～11:00(全10回)	20歳以上	15人	5,000円	7月31日
シニア向けチェア(椅子)ヨガ	8月23日～10月25日の毎週金曜日10:00～11:00(全10回)	60歳以上	20人	5,000円	7月31日
らくらく姿勢改善 ～カキラ体操	8月23日～10月25日の毎週金曜日13:00～14:00(全10回)	20歳以上	15人	5,000円	7月31日
脂肪燃焼ダンスエクササイズ	9月7日～10月19日(10月5日を除く)の毎週土曜日 19:30～20:30(全6回)	20歳以上	15人	3,000円	7月31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	費用	申込期限
シニアピラティス教室	7月5日～9月20日(8月16日、9月6日を除く)の毎週金曜日 13:30～14:30(全10回)	60歳以上	20人(抽選)	5,000円	6月24日
シニアヨガ教室	7月10日～9月18日(8月14日を除く)の毎週水曜日 13:30～14:45(全10回)	60歳以上	18人(抽選)	5,000円	6月24日
チェアヨガ	7月10日～9月18日(8月14日を除く)の毎週水曜日 13:30～14:30(全10回)	60歳以上	18人(抽選)	5,000円	6月24日
ふれあいスポーツ広場	7月10日(水)、9月11日(水)13:30～15:00	小学生以上	各20人(先着)	無料	当日会場へ
フラダンス	7月11日～9月19日(8月15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18人(抽選)	5,000円	6月24日
太極拳教室	7月12日～9月20日(8月16日を除く)の毎週金曜日 ①9:00～10:15②10:30～11:45(各全10回)	16歳以上	各25人(抽選)	5,000円	6月24日
エアロビクスダンス教室	7月12日～9月20日(8月16日を除く)の毎週金曜日 10:00～11:00(全10回)	16歳以上	18人(抽選)	5,000円	6月24日
フランクソングによる講習会 (体の動きを向上させる運動)	7月25日(木)19:00～20:00	16歳以上	18人(抽選)	500円	7月10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	費用	申込期限
健康運動指導士によるお悩み相談	7月9日(火)①14:00～14:30②14:45～15:15	16歳以上	各1人(先着)	無料	当日まで(電話・窓口)
健康運動指導士による「月イチ講座」 クローラー病撃退?!足指・足裏ほぐし	7月17日(水)19:30～21:00	16歳以上	20人(抽選)	500円	7月5日
栄養講座 「お肉の知識で理想のカラダへ」	7月27日(土)14:30～15:30	16歳以上	10人(抽選)	無料	7月18日