

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。

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	費用	申込期限
ウォーターエクササイズ	9月13日～11月15日の毎週金曜日13:00～13:50(全10回)	中学生以上	20人(先着)	施設利用料のみ	当日会場へ
ゲートボールイベント	9月16日(祝)9:00～11:00	小学生以上	20人(抽選)	無料	9月4日
知的障がい者スポーツ教室 ～バスケットボール	9月28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(抽選)	250円	9月21日
こま散歩(区内を散策)	9月29日(日)10:00～13:00	5km以上歩ける小学生以上(小学生・障害者は付き添い同伴)	20人(抽選)	無料	9月10日
キッズダンス	10月7日～12月23日(10月14日・11月4日を除く)の毎週月曜日①16:00②17:15から(各1時間。各全10回)	①小学1・2年生②小学3～6年生	各20人(抽選)	各5,000円	9月11日
月いち講座「スローエアロビック」	10月12日(土)9:30～10:30	16歳以上	15人(抽選)	無料	9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	定員(抽選)	費用	申込期限
今日から始めるストレッチ教室	9月18日(水)15:00～16:00	16歳以上	20人	500円	8月28日
こども忍者教室(運動遊びプログラム)	9月22日(祝)①10:30②13:30から(各1時間30分)	5歳～小学3年生	各30人	1,000円	8月29日
エコウォーキング(目黒川沿いのごみを拾いながら歩く)	9月29日(日)9:30～10:30	小学生以上	10人	無料	9月9日
初級ダブルステニス教室	10月1日～11月19日の毎週火曜日9:00～11:00(全8回)	16歳以上のテニス経験者	男性・女性各20人	4,000円	8月29日
初心者こども水泳教室	10月2～30日(10月14日を除く)の毎週月・水曜日16:15～17:30(全8回)	25mを続けて泳げない小学生	30人	4,000円	9月11日
気功・太極拳教室	10月2日～11月6日の毎週水曜日15:00～16:00(全6回)	16歳以上	30人	3,000円	9月11日
小学生走り方教室	10月3～24日の毎週木曜日①16:00②17:10から(各50分間。各全4回)	①小学1・2年生②小学3～6年生	各25人	2,000円	9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
健康ダンス教室	10月3日～11月21日の毎週木曜日14:30～15:30(全8回)	55歳以上	10人	4,000円	9月14日
幼児英語リトミック教室	10月9日～11月6日の毎週水曜日①10:00②10:50③11:40から(各40分間。各全5回)	①21歳と保護者③2歳と保護者	各15組	1組2,500円	9月14日
キッズ体操教室	10月23日～12月11日の毎週水曜日①14:45②16:00から(各1時間。各全8回)	鉄棒または跳び箱①5・6歳の未就学児②小学1・2年生	各20人	4,000円	9月30日
ピラティスメソッド	10月25日～12月13日の毎週金曜日9:30～10:30(全8回)	18歳以上	20人	4,000円	9月30日
ヒップホップダンス教室	10月25日～12月13日の毎週金曜日①16:30②17:45から(各1時間。各全8回)	①小学1～3年生②小学4年生以上	①20人②10人	4,000円	9月30日
ズンバ(ダンスフィットネス)	10月25日～12月13日の毎週金曜日20:00～20:50(全8回)	18歳以上	20人	4,000円	9月30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
居合道・杖道(杖を用いた武道)初心者体験教室	10月6～27日の毎週日曜日14:30～16:00(全4回)	16歳以上	①居合道10人②杖道10人	2,000円	9月24日
初心者空手道教室	10月8日～11月26日の毎週火曜日19:00～20:30(中学生以下は20:00まで。全8回)	小学生以上	15人	4,000円、中学生以下2,000円	9月24日
理学療法士による姿勢改善筋力トレーニング	10月9日～12月11日の毎週水曜日9:30～10:30(全10回)	60歳以上	20人	5,000円	9月24日
女性・高齢者のための初心者剣道	10月9～30日の毎週水曜日13:30～15:00(全4回)	16歳以上の女性、60歳以上	15人	2,000円	9月24日
こども剣道体験教室	10月9～30日の毎週水曜日16:30～18:00(全4回)	6歳～小学6年生	20人	1,000円	9月24日
初心者こども柔道教室	10月10日～12月12日の毎週木曜日17:00～18:30(全10回)	小学生	15人	2,500円	9月24日
親子体操教室	10月21日～12月16日(11月4日を除く)の毎週月曜日①10:00～10:50②11:00～12:00(各全8回)	①1歳6カ月～2歳6カ月と保護者②2～5歳と保護者	各20組	1組4,000円	10月7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」～カラダの疲れを解消?!脱力のススメ	9月18日(水)19:30～21:00	16歳以上	20人	500円	9月6日
遊んで学ぼう!ボール投げ教室	9月19日～10月17日の毎週木曜日16:45～17:45(全5回)	小学1～3年生	20人	2,500円	9月9日
走って跳んで!わんぱくキッズ	9月19日～10月17日の毎週木曜日15:30～16:30(全5回)	4～6歳の未就学児	20人	2,500円	9月9日
初心者バドミントン教室	9月24日～10月22日の毎週火曜日11:00～12:00(全5回)	16歳以上	24人	2,500円	9月12日
シニアテニス教室 宮前公園庭球場(八雲3-19-12)	9月24日～11月26日の毎週火曜日13:00～15:00(全10回)	60歳以上の①未経験・初心者②初級・経験者	各20人	5,000円	9月5日
ワンコイン体験会～Fリーグ選手によるジュニアフットサル体験会	9月30日(月)①16:00②17:10③18:20から(各1時間)	①4～6歳の未就学児②小学1・2年生③小学3～6年生	各30人	500円	9月17日
親子のびのびフィットネス	9月30日～12月23日(10月14日、11月4日、12月16日を除く)の毎週月曜日13:30～14:30(全10回)	1～3歳と保護者	20組	1組5,000円	9月20日