

体育館の 教室・ イベント



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。



掲載情報への申し込み方法

■各申込期限までに、区☎/FAX/ハガキ(希望教室・イベント名〈時間を選ぶものは希望時間〉、郵便番号・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)/窓口

☎先各体育館

※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

駒場体育館 〒153-0041 駒場2-19-39、☎3485-7761、FAX 3485-3926

教室名など	日程	時間	対象	定員(抽選)	費用	申込期限
みんなでダンス	10月8日(水)	13:30~15:00	小学生以上	50人	無料	9月30日
初心者剣道教室	10月18日~12月6日の毎週土曜日(全8回)	16:00~17:30	小学生以上	20人	4,000円	9月30日
ピラティスリラクゼーション	10月24日~12月12日の毎週金曜日(全8回)	12:30~13:30	16歳以上	50人	4,000円	10月7日
すっきりヨガ	10月24日~12月12日の毎週金曜日(全8回)	14:00~15:00	16歳以上	40人	4,000円	10月8日
知的障がい者スポーツ教室 (バスケットボール)	10月25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	10月18日
やさしいヨガ	10月28日~12月16日の毎週火曜日(全8回)	12:30~13:30	16歳以上	50人	4,000円	10月9日
スタンダードピラティス	10月28日~12月16日の毎週火曜日(全8回)	14:00~15:00	16歳以上	50人	4,000円	10月6日
リラクソヨガ	10月29日~12月3日の毎週水曜日(全6回)	19:30~20:30	16歳以上	12人	3,000円	10月6日
月いち講座~転倒予防トレーニング	11月8日(土)	9:30~10:30	おおむね60歳以上	15人	無料	10月8日

区民センター体育館 〒153-0063 目黒2-4-36、☎3711-1139、FAX 3711-2594

教室名など	日程	時間	対象	定員(抽選)	費用	申込期限
バレエ教室(初級)	10月18日~12月6日の毎週土曜日(全8回)	17:45~18:45	16歳以上	20人	4,000円	9月26日
30分ジョグ完走するための 走り方教室	10月20日~11月17日(11月3日を除く)の 毎週月曜日(全4回)	15:00~16:00	16歳以上	15人	2,000円	10月17日
幼児体操教室	10月22日~12月3日(11月5日を除く)の 毎週水曜日(全6回)	16:00~16:45	4~6歳の未就学児	20人	3,000円	10月1日
介護予防体力向上教室	10月27日~12月22日(11月3日・24日を除く)の 毎週月曜日(全7回)	12:15~13:15	立位動作に不安がない60歳以上	35人	3,500円	10月6日
BREAKINGブレイクダンス教室	10月29日~12月17日の毎週水曜日(全8回)	17:00~18:00	小学生	10人	4,000円	10月8日
バドミントン交流会	10月30日(木)	19:00~21:00	16歳以上	25人	500円	10月9日
はじめてのヨガ教室	11月6日~12月25日の毎週木曜日(全8回)	12:00~13:00	16歳以上	30人	4,000円	10月16日
80代から始めるトレーニング教室	11月11日(火)	12:00~13:00	80歳以上	10人	500円	10月21日
シニアeスポーツ体験会 (ゲーム「太鼓の達人」)	11月11日(火)	14:00~15:00	おおむね60歳以上	10人	無料	10月21日

碑文谷体育館 〒152-0003 碑文谷6-12-43、☎3760-1941、FAX 3760-1943

教室名など	日程	時間	対象	定員(抽選)	費用	申込期限
初心者ジュニア野球体験教室	10月18日~11月15日の毎週土曜日(全5回)	9:30~10:30	小学生	30人	2,500円	9月30日
親子スナッグゴルフ体験教室	10月18日~11月15日の毎週土曜日(各全5回)	13:00~14:30	①小学2年生以上と保護者 ②中学生以上	①10組 ②10人	2,500円	9月30日
チャイルドスポーツ教室(走る・跳ぶ などの運動に必要な動作の向上)	10月29日~12月17日の毎週水曜日(各全8回)	①16:00~17:00 ②17:15~18:15	①5・6歳の未就学児 ②小学1・2年生	各15人	4,000円	9月30日
キッズJポップダンス教室	11月4日~12月23日の毎週火曜日(各全8回)	①16:00~16:50 ②17:00~18:00	①5・6歳の未就学児 ②小学1・2年生	①10人 ②20人	4,000円	9月30日
リレーションシップバランスボール	11月7日(金)	13:30~15:00	18歳以上の障害のあるかた・ないかた	なし	無料	9月30日
ヒップホップダンス教室	11月7日~12月19日の毎週金曜日(各全7回)	①16:30~17:30 ②17:45~18:45	①小学1~3年生 ②小学4年生以上	①20人 ②10人	3,500円	9月30日
はじめてのフェンシング体験教室	11月11日~12月2日の毎週火曜日(各全4回)	①16:00~17:00 ②17:15~18:15	①小学1・2年生 ②小学3~6年生	各10人	2,000円	9月30日
フローヨガ	11月13日~12月18日の毎週木曜日(全6回)	16:00~17:00	20歳以上	15人	3,000円	9月30日
産後ボディケア	11月19日~12月17日の毎週水曜日(全5回)	10:30~11:30	2カ月~ハイハイ前の乳児と 医師より運動許可が出ている母親	15組	1組 2,500円	9月30日

中央体育館 〒152-0002 目黒本町5-22-8、☎3714-9591、FAX 3714-9540

教室名など	日程	時間	対象	定員	費用	申込期限
ふれあいスポーツ広場	①10月8日(水)②11月12日(水) ③12月10日(水)	13:30~15:00	小学生以上	各20人(先着)	無料	当日受付
ふれあい体操教室	①10月10日(金)②11月14日(金) ③12月12日(金)	16:30~18:00	発達障害のある小学生以上	各20人(先着)	無料	当日受付
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運動)	10月23日(木)	19:00~20:00	16歳以上	18人(抽選)	500円	10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、FAX 5701-2985

教室名など	日程	時間	対象	定員	費用	申込期限
健康運動指導士による「月イチ講座」 テニスボールで血流改善、簡単疲労回復方法	10月15日(水)	19:30~21:00	16歳以上	30人(抽選)	500円	10月6日
運動指導員によるお悩み相談	10月21日(火)	①10:00~10:30 ②10:45~11:15	16歳以上	各1人(先着)	無料	当日までに 電話・窓口
栄養講座 お肉の知識で理想のカラダへ	10月25日(土)	14:30~15:30	16歳以上	10人(抽選)	無料	10月16日
ジュニアバドミントン体験会	11月4日(火)	17:40~18:40	小学生	30人(抽選)	500円	10月25日
ズンバ(ダンスフィットネス)	11月11日~12月9日の毎週火曜日(全5回)	11:15~12:00	16歳以上	50人(抽選)	2,500円	11月1日
ジュニアバドミントン教室	11月11日~12月9日の毎週火曜日(全5回)	17:40~18:40	小学生	30人(抽選)	2,500円	11月4日