# 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

申 各申込期限までに、区Web/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、学年、在勤・在学・在園者は所在地・名称）/窓口
問 先 各体育館

※介助が必要なかたは介護者同伴　※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、FAX3485-3926

| 教室名など | 日程 | 時間 | 対象 | 定員（抽選） | 費用 | 申込期限 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ゲートボールイベント | 2月11日(祝) | 9:00～11:00 | 小学生以上 | 20人 | 無料 | 2月2日 |
| リラックスヨガ | 2月25日～3月25日の毎週水曜日（全5回） | 19:30～20:30 | 16歳以上 | 12人 | 2,500円 | 2月9日 |
| 知的障がい者スポーツ教室 バスケットボール | 2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 | 250円 | 2月21日 |
| 月いち運動講座 春に向けてカラダ改造計画 | 3月14日(土) | 9:30～10:30 | 16歳以上 | 15人 | 無料 | 2月9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 | | 日程 | 時間 | 対象 | 定員 | 費用 | 申込期限 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ワンポイントレッスン（水泳） | | 2月4日～25日（11日を除く）の毎週水曜日 | 13:00～13:55 | 中学生以上 | 各12人（先着） | 1回500円 | 12:30から当日受け付け |
| 幼児水泳教室 | | 2月20日～3月13日の毎週金曜日（各全4回） | ①15:00～16:00<br>②16:30～17:30 | 4・5歳 | 各10人（抽選） | 2,000円 | 1月30日 |
| バドミントン教室 | | 2月27日～3月27日(3月20日を除く)の毎週金曜日（全4回） | 12:30～14:00 | 16歳以上 | 32人（抽選） | 2,000円 | 2月6日 |
| ふれあいスポーツフェスティバル（ボッチャ・パラスポーツ体験・ピックルボールなど） | | 3月1日（日） | 10:00～11:30 | 障害があるかた・ないかた | 40人（先着） | 無料 | 9:45から当日受け付け |
| 親子体操教室 | | 3月2日～23日の毎週月曜日（全4回） | 10:45～11:30 | 2・3歳の未就園児と保護者 | 20組（抽選） | 1組2,000円 | 2月9日 |
| フットサル交流会 | 火曜日 | 3月3日～31日の毎週火曜日 | 20:15～21:15 | 16歳以上 | 各20人（先着） | 1回500円 | 19:50から当日受け付け |
| | 金曜日 | 3月6日～27日（20日を除く）の毎週金曜日 | | | | | |
| 幼児体操教室 | | 3月4日～25日の毎週水曜日（全4回） | 16:00～16:45 | 4～6歳の未就学児 | 20人（抽選） | 2,000円 | 2月10日 |
| バドミントンジュニア教室 | | 3月4日～25日の毎週水曜日（全4回） | 17:30～18:30 | 小学生 | 20人（抽選） | 2,000円 | 2月10日 |
| ストレッチヨガ | | 3月5日～26日の毎週木曜日（全4回） | 12:00～13:00 | 16歳以上 | 30人（抽選） | 2,000円 | 2月12日 |
| 介護予防椅子エクササイズ | | 3月5日～26日の毎週木曜日（全4回） | 14:00～15:00 | 60歳以上 | 35人（抽選） | 2,000円 | 2月12日 |
| 小学生ドッジボール教室 | | 3月5日～26日の毎週木曜日（各全4回） | ①16:00～16:50<br>②17:10～18:00 | ①小学1～2年生<br>②小学3～6年生 | 各20人（抽選） | 2,000円 | 2月12日 |
| 初心者トレーニング教室（マシンの使い方講習会） | | 3月11日（水） | 16:30～17:30 | 16歳以上 | 10人（抽選） | 500円 | 2月18日 |
| 障害者ふれあいトレーニング教室 | | 3月18日（水） | 15:00～16:00 | 16歳以上で障害があるかた | 10人（抽選） | 150円 | 2月25日 |
| 介護予防プログラムオンラインレッスン（椅子を使ったストレッチ・筋トレ） | | 3月24日（火） | 14:00～15:00 | おおむね60歳以上 | 10人（抽選） | 無料 | 3月3日 |
| eスポーツ体験会（ゲーム太鼓の達人体験） | | 3月25日(水) | 15:00～16:00 | おおむね60歳以上 | 10人（抽選） | 無料 | 3月4日 |

## 中央体育館　〒152-0002目黒本町5-22-8、3714-9591、FAX3714-9540

| 教室名など | 日程 | 時間 | 対象 | 定員（抽選） | 費用 | 申込期限 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 中学生卓球交流会（男女個人戦） | 2月7日（土） | 9:00～18:00 | 区内・区外の中学生 | 130人 | 300円 | 1月25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） | 2月26日（木） | 19:00～20:00 | 16歳以上 | 18人 | 500円 | 2月13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 | 日程 | 時間 | 対象 | 定員 | 費用 | 申込期限 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| やさしいピラティス | 2月17日～3月17日の毎週火曜日（全5回） | 10:50～11:50 | 16歳以上 | 50人（抽選） | 2,500円 | 2月7日 |
| 健康運動指導士による「月イチ講座」古武術論にもとづいた上手な身体の使い方～スポーツ応用編 | 2月18日（水） | 19:30～21:00 | 16歳以上 | 30人（抽選） | 500円 | 2月9日 |
| 運動指導員によるお悩み相談 | 2月20日（金） | ①15:00～15:30<br>②15:45～16:15 | 16歳以上 | 各1人（先着） | 無料 | 当日まで |
| 栄養講座　冷え性改善・代謝アップを助ける栄養素 | 2月28日（土） | 14:30～15:30 | 16歳以上 | 10人（抽選） | 無料 | 2月19日 |

◎紙面上では市外局番「03」の表記を省略しています　◎電話で問い合わせなどが難しいかたはFAXをご利用ください