

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番号、年齢、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、FAX 3485-3926

教室名など	日程	時間	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	8月8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	8月1日
やさしいヨガ	8月18日～10月13日(9月22日を除く)の 毎週火曜日(全8回)	12:30～13:30	16歳以上	50人	4,800円	8月5日
すっきりヨガ	8月21日～10月9日の毎週金曜日(全8回)	14:00～15:00	16歳以上	40人	4,800円	8月6日
親子体操教室	8月28日～9月25日の毎週金曜日(全5回)	15:30～16:20	3歳6カ月～4歳と保護者	15組	1組 3,000円	8月2日
幼児体操教室	8月28日～9月25日の毎週金曜日(全5回)	16:30～17:20	5・6歳の未就学児	18人	3,000円	8月2日
60歳以上の水泳教室	9月3日～24日(21日を除く)の 毎週月・木曜日(全6回)	14:00～15:30	60歳以上	40人	2,400円	8月12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
ピラティス教室	9月1日～10月27日(9月22日を除く)の 毎週火曜日(全8回)	12:00～13:00	16歳以上	30人	4,800円	8月10日
ママ&ベビーヨガ教室	9月1日～29日(22日を除く)の毎週火曜日 (全4回)	13:30～14:30	首が据わった乳児～2歳と母親	12組	2,400円	8月10日
バレーボール交流会	9月2日(水)	9:00～12:00	16歳以上	36人	600円	8月12日
元気に歩こう!ラララフィット	9月2日～10月28日(9月23日を除く)の 毎週水曜日(全8回)	12:00～13:00	60歳以上	30人	4,800円	8月12日
はじめてのバレエエクササイズ教室	9月3日～10月22日の毎週木曜日(全8回)	12:15～13:15	16歳以上	20人	4,800円	8月13日
ウォーキング教室	9月4日～25日の毎週金曜日(全4回)	14:00～15:00	16歳以上	20人	2,400円	8月14日
ミニバレー交流会	9月6日(日)	12:30～15:00	小学生以上	60人	無料	8月17日
シニアeスポーツ体験会 (ゲーム太鼓の達人体験)	9月11日(金)	10:30～11:30	おおむね60歳以上	10人	無料	8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
キッズJポップダンス教室	9月1日～10月27日(9月22日を除く)の 毎週火曜日(全8回)	①16:00～16:50 ②17:00～18:00	①5・6歳の未就学児 ②小学1～3年生	各15人	4,800円	8月10日
フラダンス教室	9月3日～10月22日の毎週木曜日(全8回)	①9:30～10:30 ②10:50～11:50 ③④16:30～17:30	①18歳以上の未経験者・初心者 ②18歳以上の経験者・初級者 ③小学1・2年生④18歳以上	①②各23人 ③④各30人	4,800円	8月10日
親子エンジョイスports教室 ～ピラティス編	9月5日～10月3日の毎週土曜日(全5回)	13:30～14:20	3歳～6歳の未就学児と保護者	20組	1組 3,000円	8月10日
初心者ジュニア野球体験教室	9月19日～10月17日の毎週土曜日(全5回)	9:30～10:30	小学1～6年生	30人	3,000円	8月10日
親子スナッグゴルフ体験教室	9月19日～10月17日の毎週土曜日(全5回)	13:00～14:30	小学2年生以上と保護者	15組	1組 3,000円	8月10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(抽選)	費用	申込期限
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)	8月27日(木)	19:00～20:00	16歳以上	18人	600円	8月12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」 夏バテ解消!!健康体操	8月19日(水)	19:30～21:00	16歳以上	30人(抽選)	600円	8月10日
運動指導員によるお悩み相談	8月21日(金)	①15:00～15:30 ②15:45～16:15	16歳以上	各1人(先着)	無料	当日
栄養講座 長期保存食でおいしく健康管理	8月22日(土)	14:30～15:30	16歳以上	10人(抽選)	無料	8月13日
ゆっくりプログラム 「日常生活動作UP教室」	8月25日～11月10日(9月22日、11月3日を除く)の 毎週火曜日(全10回)	9:30～10:30	60歳以上	30人(抽選)	6,000円	8月14日
やさしいピラティス	9月1日～10月6日(9月22日を除く)の 毎週火曜日(全5回)	10:50～11:50	16歳以上	50人(抽選)	3,000円	8月21日