

体育館のスポーツ教室

◆申し込みは、直接各体育館へハガキ・FAXまたは区ホームページにて行ってください
 ◆教室に関する問い合わせは、直接各体育館へご連絡ください
 ◆ハガキ・FAXで申し込む場合は、下記のスポーツ施設一覧と申し込み記入例をご覧ください ◆介助が必要な方は介護者同伴です
 ◆先着を除き定員を上回った場合は抽選です ◆費用は保険料などを含みます ◆未就学児は保護者同伴です ◆申込期限は必着です

HP 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	費用	申込期限
リズムで遊ぼう親子教室	①2/9(日) ②2/16(日)	①13:30~14:45 ②10:30~11:45	4歳以上の未就学児と保護者	各30組	1組400円	2/4(火)
ゲートボールイベント	2/11(火・祝)	9:00~11:00	小学生以上	20人	無料	1/30(木)
リラックスヨガ	2/19~3/18(水)全5回	19:30~20:30	16歳以上	14人	2,500円	2/3(月)
レディーステニス新春大会	3/9(月)	9:00~17:00	区内在住・在勤の女性ペア(学生は不可)	16チーム (2人1チーム)	1チーム 1,000円	2/4(火)
月いち運動講座 ~春に向けてカラダ改造計画	3/14(土)	9:30~10:30	16歳以上	15人	無料	2/3(月)

HP 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
フットサル交流会	2/6~28の(木)・(金)	20:30~21:30	16歳以上	各24人(先着)	1回500円	当日受付 (20:00~)
幼児水泳教室	2/21~3/13の(金)全4回	①15:00~16:00 ②16:30~17:30	4・5歳	各10人	2,000円	1/31(金)
バドミントンジュニア教室	3/4~25の(水)全4回	17:30~18:30	小学生	40人	2,000円	2/12(水)
バドミントン教室	3/6~27の(金)全3回 (3/20を除く)	12:30~14:00	16歳以上	32人	1,500円	2/14(金)
中学生ソフトテニスクリニック	3/8(日)	9:00~13:00	中学生	40人	無料	2/14(金)
介護予防ラララサーキットライト教室	3/9~30の(月)全4回	12:15~13:15	60歳以上	20人	2,000円	2/17(月)
地元巡りウォーキング	3/20(金・祝)	10:00~13:00	小学生以上	20人	500円	2/28(金)

HP 碑文谷体育館 〒152-0003 碑文谷6-12-43 ☎3760-1941 FAX3760-1943

教室名など	日程	時間	対象	定員	費用	申込期限
ワンデイかけっこ教室	3/15(日)	①②11:30~12:30 ③④13:00~14:00 ⑤⑥14:30~15:30	①5歳②6歳 ③小学1年生④小学2年生 ⑤小学3年生⑥小学4年生	①~④各35人 ⑤15人 ⑥10人	500円	2/22(土)

HP 八雲体育館 〒152-0023 八雲1-1-1めぐろ区民キャンパス内 ☎5701-2984 FAX5701-2985

教室名など	日程	時間	対象	定員	費用	申込期限
健康運動指導士による月イチ講座 冷えに効く足裏ほぐし	①2/13(木) ②2/14(金)	①19:30~21:00 ②9:30~11:00	①16~概ね59歳 ②概ね60歳以上	各5人	500円	2/6(木)
健康体力相談 健康運動指導士によるお悩み相談 (ひとり30分程度)	2/20(木)	①9:30~10:00 ②10:15~10:45 ③11:00~11:30	16歳以上(新規受講者優先)	各1人 (先着順)	無料	当日まで (電話・窓口受付)
栄養講座 カギは酵素!? 体別別ダイエットの新提案	2/22(土)	14:30~15:30	16歳以上	20人	無料	2/12(水)

HP トツプアスリートふれあい事業 2/24(月・祝)

~坂本功貴氏による親子体操競技体験教室~



坂本 功貴氏

体操競技元日本代表で北京オリンピック銀メダリストの坂本功貴氏をお迎えし、デモンストレーション、体験会、トークショーなど内容盛りだくさんのイベントを行います!

体験種目はマットを行いますので、是非この機会に体操競技を体験してください!



会場 八雲体育館

時間 13:30~15:00

対象 4歳以上の未就学児と保護者

定員 15組(抽選)

費用 無料

講師 体操競技元日本代表・北京オリンピック銀メダリスト
坂本 功貴氏

持ち物 運動ができる服装、屋内シューズ(靴の裏が生ゴムか白、またはノーマーキングラバーのもの)、飲み物、タオル等

①往復ハガキ・FAX・窓口(2面の申し込み記入例①~⑤と在園児は名称・所在地を記入)で、2/14(金)(必着)までに八雲体育館へ