

スポーツ

スポーツ教室の 申込み方法

往復はがきに以下を記入し市民体育館へ郵送。▶往信裏面①氏名（フリガナ）、申込者が未成年の場合、保護者の氏名も②生年月日、年齢、学年③性別④住所⑤電話番号⑥希望教室名、曜日⑦前回受講していた教室名、曜日。▶返信表面に住所、氏名

◆**申込期限** ▶8月11日(火)必着

◆**申込み先** 市民体育館

〒411-0033文教町2-10-57

◆10月～平成28年3月まで文教テニスコート改修工事を予定しているため、テニス教室（一部の教室除く）はお休みとなります。

◆応募多数の場合は抽選、結果は全員に返信はがきで連絡します。

◆申し込みは一つの教室につき1通。

◆申し込み後にキャンセルする場合は連絡してください。

◆申込者が定員より大幅に少ないときは、中止となる場合があります。

◆第2期教室日程は8月24日(月)～12月2日(水)。各教室で開催回数は異なります。

◆詳細は、市民体育館、そのほかの公共施設に備え付けのチラシをご覧ください。

◆参加料金を一括払いの場合、初回に支払いをしてください。それ以外は毎回受け付けで支払い。

◆健康状態に不安がある人は、あらかじめ医師の許可を得てください。

問合せ 市民体育館 (☎987-7570)

指定管理者ホームページ

(<http://www.sports-info.jp/>)

*1…硬式テニス初級・中級▶試合を経験している人、または試合を行える人。会場は錦田テニスコート。

	教室名	曜日	時間	回数	定員	対象	参加料
市民体育館・錦田テニスコート・錦田グラウンド	シニア体操	火	11:00～12:00	12	30人	60歳以上	¥5,860
	卓球（初級）	火	9:20～10:50	12	30人	一般	¥7,710
	卓球（中級）	木	9:20～10:50	12	30人	一般	¥7,710
	卓球（上級）	木	11:00～12:30	12	20人	一般	¥7,710
	レディースバレー(初級)	月	9:20～10:50	10	30人	一般女性	¥6,480
	レディースバレー(中級)	月	11:00～12:30	10	30人	一般女性	¥6,480
	レディースバドミントン(初級)	木	9:20～10:50	12	30人	一般女性	¥7,710
	レディースバドミントン(中級)	木	11:00～12:30	12	30人	一般女性	¥7,710
	一般バドミントン	水	19:15～20:45	12	30人	一般	¥7,710
	硬式テニス(初級・中級)*1	月	19:00～20:30	8	20人	中学生～一般経験者	¥8,020
	健康エクササイズ*2	木	15:00～16:00	12	30人	40歳以上	¥6,480
	社交ダンス(初・中級クラス)	水	13:00～15:00	12	30人	20歳以上	¥7,710
	美ママエクササイズ*3	木	13:30～14:30	12	20人	5カ月～3歳の子どもとお母さん	¥6,170
	子ども	キッズチアダンス	金	16:15～17:30	12	25人	4歳以上の未就学児(女子)
ジュニアチアダンス		金	17:45～19:00	12	30人	小学生(女子)	¥6,480
ワンバク体操		水	14:45～16:00	12	30人	4歳以上の未就学児	¥6,480
ジュニアバレーボール		水	16:15～17:30	12	30人	小学3～6年生	¥6,480
ジュニア卓球		月	17:45～19:00	10	30人	小学生	¥5,450
ジュニアバドミントン		水	17:45～19:00	12	30人	小学3～6年生	¥6,480
幼児体操①		月	14:45～16:00	10	各50人	4歳以上の未就学児	¥5,450
		火	14:30～15:30	12			¥6,170
幼児体操②*4		火	15:40～16:40	12	30人	年中・年長の経験者	¥6,170
児童体操		月	16:15～17:30	10	50人	小・中学生	¥5,450
		火	16:50～17:50	12			¥6,170
ベビー体操		月	13:30～14:30	10	各20組 40人	生後2カ月～ハイハイの子どもと親	¥5,140
親子健康体操		金	13:30～14:30	12			1歳6カ月～3歳の子どもと親
ヒップホップ①		月	16:15～17:15	10	30人	4歳以上の未就学児	¥5,140
ヒップホップ②		月	17:30～18:45	10	30人	小学生	¥5,450
中学生卓球		月	19:15～20:30	10	20人	中学生	¥5,450
キッズベースボール*5		木	16:30～17:45	10	30人	小学3～6年生	¥5,450
硬式キッズテニス(基礎クラス)*6		月	17:00～18:00	8	20人	小学生(初級～中級)	¥5,140
硬式キッズテニス(上達クラス)*6		金	17:00～18:00	10	20人	小学生(中級～上級) ※経験者のみ	¥6,480
南二日町人工芝グラウンド	キッズクラス	水	15:45～16:35	10	30人	年中・年長	¥14,190
		火	16:00～17:00				
	チャイルドクラス	水	17:00～18:00	30人	小学1・2年生		
		金	16:10～17:10				
	J1クラス	火	17:15～18:15	30人	小学3・4年生		
水		17:00～18:00					
J2クラス	火	17:15～18:15	30人	小学5・6年生			
	金	17:20～18:20					
市民体育館	さわやかトリム(A)	水	9:00～10:30	12	50人	40～64歳	¥2,050
		金	10:30～12:00	12	50人	65歳以上	¥2,050

	教室名	曜日	時間	回数	定員	対象	参加料	
市民体育館	スナック教室	健康増進	木	19:15~20:45	12	40人	一般	¥3,290
		剣道 ※経験者のみ	木	19:00~20:45	12	40人	小学生~高校生 一般	¥2,050 ¥3,290
	自由教室*8	はじめてエアロ	月	10:30~11:15	-	各 先着 40人	一般	1回毎 ¥510
			日	10:00~10:45				
		ゆうゆうエアロ	月	11:30~12:15				
			水	19:10~19:55				
		ダンシングエアロ	水	20:05~20:50				
		ランランエアロ	日	11:00~11:45				
		ソフトヨガ	月	19:10~19:55				
		アクティブヨーガ	月	20:05~20:50				
		ビューティー・バレエEX	月	9:30~10:15				
			月	14:45~15:45				
		女性のためのトータルEX	木	9:30~10:30	各 先着 20人	一般女性	1回毎 ¥510	
	ベリーエクササイズ	木	10:45~11:30	各 先着 30人	小学生以上	1回毎 ¥500		
	スポーツタイム*9	金	19:15~20:45			1回毎 ¥500		

- * 2…初回と最終回は、木曜午後3時30分~5時開催。協力：特定非営利活動法人FINE
- * 3…お母さんが運動する教室です。お子さんは、室内で遊びながらお待ちいただきます。
- * 4…経験者とは、幼児体操①を1期間受講した人となります。
- * 5…キッズベースボール教室は、錦田グラウンドで行います。
- * 6…キッズテニスは基礎・上達クラスとも錦田テニスコートで行います。
- * 7…エスパルスサッカースクールコーチによる指導。
- * 8…自由教室は、当日参加のみの受け付けで、はがきでの申し込みは不要。お得な回数券の販売しています。
- * 9…開催当日に集まった仲間で、スポーツを行う教室。種目は毎週変更。

市民体育館

7月の休館日 21日(火)

●7月のトレーニングルーム利用者講習会

▶午前10時…8日(水)、15日(水)、22日(水)

▶午後3時…4日(土)、25日(土)

▶午後7時…2日(木)、12日(日)、16日(木)、19日(日)、23日(木)

料金 大人100円、高校生50円※午後7時からの場合は大人200円、高校生100円

※中学生以下の人は利用不可。当日受け付け、予約不要。

●グラウンド抽選会(9月分) 7月31日(金)

▶南二日町多目的グラウンド…午前9時▶北上グラウンド…午前9時30分▶長伏A(日中)、長伏B、長伏C、錦田グラウンド(日中)…午後6時30分▶グラウンドナイター…午後7時▶南二日町人工芝グラウンド…午後7時30分

●運動チャレンジ教室

内容 運動が苦手な人を対象に基礎体力アップを図るとき・対象 7月30日(木)、7月31日(金)(計2日間)

・4歳以上の未就学児(午前9時30分~10時30分)、小学1年~3年生(午前10時45分~正午)

定員 各15人※定員を超えた場合は抽選

参加費 1回500円※当日現地にて支払い

申込み・問合せ 7月23日(木)までに、直接、電話またはFAXで市民体育館に備え付けの申し込み用紙(スポーツインフォメーションみしまホームページよりダウンロード可)に必要事項を記入し、市民体育館(☎987-7570、FAX987-2909)へ。

市民プール情報

●市民温水プール

7月の休館日 21日(火)、20日(月)は祝日のため夜間休館

①すいすいプールカード

プール利用ごとに貯まるスタンプの数によりプレゼントがもらえます。スタンプを5コ集めるとさらに素敵な商品が当たるキャンペーンへ応募できます。

期間 7月11日(土)~8月30日(日)

対象 小学生

②500円のできる水泳教室

とき 7月21日(火)~8月28日(金)午後7時~7時30分

対象 中学生以上の男女※中学生は保護者の送迎が必要

定員 各回先着20人※種目・内容は日替わり

参加費 1回500円※入場料込み

申込み 当日受け付けで申し込み

※休館日、土曜・日曜日・祝日は開催されません。

●長伏・上岩崎プール

7月の休館日 21日(火)

開場期間 7月5日(日)~9月6日(日)午前9時~午後6時(祝日、無料開放日は午前9時~午後4時)

※7月5日(日)無料開放日、20日(月)祝日営業

問合せ 市民温水プール(☎980-5757)

