

秋からの スポーツ・運動教室

～健康づくり・体力づくりを応援します～

- **受講資格** 町内在住・在勤・在学・在園の方
- **申込方法** 受付開始日時から先着順に所定の申込書に必要事項を記入のうえ、受講料とともにスポーツセンター窓口へ直接お申し込みください。受付開始日時に募集定員を超える申し込みがあった場合は、公開抽選となります。
※町外在住の方で、当町の教室をご希望の方は、9月21日(土)午前9時から受付開始します。
- **締 切** 9月28日(土)午後5時に申し込みを締め切ります。(締め切り期日までに定員になった場合は、その時点で締め切ります)
※開講が決定し、定員に達していない教室は途中申し込みも可能ですが、受講料の減額はありせん。
- **注意事項**
 - ・電話やファクス、メール、はがき等による申し込みはできません。
 - ・受付開始時刻の30分前から整理券を配布します。整理券は、申込者1人につき1枚とさせていただきます。知人分の整理券は、配布しません。
 - ・納入後の受講料は原則お返しませんが、募集定員の半数に満たない場合は、開講しませんのでその場合に限り、全額お返しします。
 - ・申込書にご記入いただいた個人情報は、教室の目的以外には使用しません。
 - ・受講中に発生した傷害については、応急処置をしますが、その後の責任は保険の範囲内とします。
 - ・通院加療中、既往症のある方は、必ず医師の許可を得てください。妊娠中の方はご遠慮ください。
 - ・天候などやむを得ない理由により、開催日時・会場を変更する場合があります。

○子どもの健康・体力づくり教室 大事な時期だからこそ、「楽しく」カラダを動かそう！ (12回の完結で、前期と内容は同じです)

■こども体操教室

幼児期から児童低学年期に必要な動きをバランス良く体験し、楽しく身体を動かしながらリズム感やバランス感、定位感などの能力向上を目指します。コーディネーション・トレーニングも採用します。

教室名	開催日	曜日	時間 会場	対象年齢	定員	受講料 保険料	受付開始 日時
幼児教室 「ひまわりコース」	10/21・28 11/11・18・25 12/2・9・16 1/20・27 2/3・10(予備日2/17) 全12回	月	16:00～16:50 サブアリーナ	平成21年4月2日 ～22年4月1日生まれ 「年少」	24名	(町内) 4,800円	9/9(月) 15:30
幼児教室 「うさぎコース」	10/17・24 11/7・14・21 12/5・12・19 1/16・23・30 2/6(予備日2/13) 全12回	木	16:00～16:50 サブアリーナ	平成20年4月2日 ～21年4月1日生まれ 「年中」	24名	(町外) 5,400円 (保険料) 240円/ 12回	9/12(木) 15:30
幼児教室 「つばめコース」	10/17・24 11/7・14・21 12/5・12・19 1/16・23・30 2/6(予備日2/13) 全12回	木	17:00～17:50 サブアリーナ	平成19年4月2日 ～20年4月1日生まれ 「年長」	24名		9/12(木) 17:30

教室名	開催日	曜日	時間 会場	対象年齢	定員	受講料 保険料	受付開始 日時
小学生教室 「キッズコース」	10/21・28 11/11・18・25 12/2・9・16 1/20・27 2/3・10(予備日2/17) 全12回	月	17:00～17:50 メインアリーナ サブアリーナ	平成15年4月2日 ～19年4月1日生まれ (小学1～4年生)	24名	(町内) 4,800円 (町外) 5,400円 (保険料) 240円 /12回	9/9(月) 17:30

■親子運動教室

いろいろな道具を使用し、遊び感覚で体を動かします。

この教室は、子1名につき親1名(同伴の乳幼児不可)の受講をお願いします。

教室名	開催日	曜日	時間 会場	対象年齢	定員	受講料 保険料	受付開始 日時
親子エンジョイ 運動教室	10/21・28 11/11・18・25 12/2・9・16 1/20・27 2/3・10(予備日2/17) 全12回	月	10:00～10:50 サブアリーナ	平成22年4月2日 ～23年4月1日生まれ のお子さんとその 保護者	30組	(町内) 4,800円 (町外) 5,400円 (保険料) 240円 /12回	9/9(月) 9:30

■ちびっこ体操教室

ボールやリボンなど新体操で使用する道具を使って、バランス、柔軟性などを育てます。

この教室は、子1名につき親1名(同伴の乳幼児不可)の受講をお願いします。

※は歩行可能なお子さんが対象です。

教室名	開催日	曜日	時間 会場	対象年齢	定員	受講料 保険料	受付開始 日時
ちびっこ体操 「コアコース」	10/18・25 11/8・15・22・29 12/6・13・20 1/17・24・31 (予備日2/7) 全12回	金	10:00～10:50 サブアリーナ	平成22年4月2日 ～23年4月1日生まれ のお子さんとその 保護者	20組	(町内) 4,800円 (町外) 5,400円	9/13(金) 14:00
ちびっこ体操 「ひよこコース」※			11:10～12:00 サブアリーナ			(保険料) 240円 /12回	

○健康づくり教室 まだまだこれカラダ!「健康で元気なカラダづくり」をしよう!

ヨガの優しい呼吸を意識しながら、ピラティスの動きで全身の筋肉強化を行います。

教室名	開催日	曜日	時間 会場	対象年齢	定員	受講料 保険料	受付開始 日時
カーヴィーヨガ& ピラティス エクササイズ	10/17・24 11/7・14・21 12/5・12・19 1/9・16・23 2/6(予備日2/20) 全12回	木	10:00～11:30 会議室兼研究室 武道場兼軽運動室	18歳以上	20名	(町内) 4,800円 (町外) 5,400円 (保険料) 240円 /12回	9/12(木) 10:00

問合せ先 スポーツセンター ☎(443) 7077