

令和元年度 緑スポーツセンター第3期（秋）事前受付教室 日程表



大人教室


◆卓球 A, B は重複して申し込むことが出来ません


★水曜ナイトバドミントン, 木曜ナイトバドミントンは重複して申し込むことが出来ません

	教室名	対象	時間	曜日	開催日程	回数	定員	参加料	
1	バドミントン (第1体育室) 	16歳以上	9:00~ 10:50	火	10月 8 15 29 11月 5 12 19 26 12月 3 10 17	10	55名	9,400 円	
2	◆卓球 A (第1体育室)	16歳以上	9:00~ 10:50	水	10月 9 16 23 30	11	84名	8,030 円	
3	◆卓球 B (第1体育室)	16歳以上	11:00~ 12:50		11月 6 13 20 27		84名	8,030 円	
4	★水曜ナイトバドミントン (第2体育室)	16歳以上	19:10~ 20:50		12月 4 11 18		33名	10,340 円	
5	★木曜ナイトバドミントン (第1体育室半面)	16歳以上	19:10~ 20:50	木	10月 10 17 24 31 11月 7 14 21 28 12月 5 12 19	11	33名	10,340 円	
6	気功太極拳 (第1体育室)	16歳以上	13:10~ 14:40		10月 10 17 24 31 11月 7 14 21 28 12月 5 12		10	100名	4,200 円
7	社交ダンス (第2体育室)	16歳以上	11:10~ 12:40		金		10月 11 18 25	11	50名
8	フォークダンス (第2体育室)	16歳以上	13:10~ 14:30	11月 1 8 15 22 29		40名	5,170 円		
9	フラダンス (第3体育室) 	16歳以上	15:10~ 16:40	12月 6 13 20		50名	5,720 円		
10	火曜ヨーガ  (第3体育室) 	16歳以上	10:00~ 10:50	火	10月 8 15 29 11月 5 12 19 26 12月 3 10 17 24	11	50名	4,620 円	
11	コンディショニングストレッチ (第3体育室) 	16歳以上	10:00~ 10:50	水	10月 9 16 23 30	11	40名	4,620 円	
12	水曜ピラティス (第3体育室) 	16歳以上	11:00~ 11:50		11月 6 13 20 27		40名	4,620 円	
13	木曜ピラティス (第3体育室) 	16歳以上	11:00~ 11:50		12月 4 11 18		40名	4,620 円	
14	木曜ヨーガ  (第3体育室)	16歳以上	12:00~ 12:50	木	10月 10 17 24 31 11月 7 14 21 28	11	40名	4,620 円	
					12月 5 12 19		50名	4,620 円	

※参加料には傷害保険料が含まれています。

※教室の日程・時間等は変更となる場合があります。



※  マークの付いている教室は託児付きです。550円×回数分の託児料が別途必要となります。

※  マークの付いている教室は裸足で行います。

令和元年度 緑スポーツセンター第3期（秋）事前受付教室 日程表




大人教室

	教室名	対象	時間	曜日	開催日程	回数	定員	参加料
15	転倒予防 (研修室)	16歳以上	9:50～ 10:50	月	10月 21 28	7	20名	2,940 円
16	元気に健美操 (研修室) ※裸足でも可	16歳以上	13:00～ 13:50		11月 18 25		20名	3,640 円
17	のびのび健身操 (研修室) 	16歳以上	14:00～ 14:50		12月 2 16 23		20名	3,640 円
18	元気はつらつココモ予防 (第1体育室半面)	16歳以上	13:10～ 14:25	火	10月 8 15 29 11月 5 12 19 26 12月 3 10 17 24	11	60名	4,620 円
19	初めての運動 (第2体育室)	16歳以上	13:15～ 14:45	水	10月 9 16 23 30	11	40名	4,620 円
20	背骨コンディショニング (研修室) 	16歳以上	15:00～ 15:50		11月 6 13 20 27 12月 4 11 18		15名	6,820 円
21	シルバー健康体操 (第1体育室)	40歳以上	15:00～ 16:30	木	10月 10 17 24 31 11月 7 14 21 28 12月 5 12 19	11	150名	4,620 円
22	女性のための ビューティーフィットネス (第1体育室)	16歳以上 女性	9:15～ 10:35	金	10月 11 18 25 11月 1 8 15 22 29 12月 6 13 20	11	90名	4,620 円
23	楽しい健康体操 (第1体育室)	16歳以上	10:45～ 12:05			11	120名	4,620 円
24	頭カラダ体操 (研修室)	40歳以上	13:00～ 13:50			11	20名	4,620 円
25	姿勢デザイン (研修室) ※初回10/11は測定を行いますので、 30分前にお越しください。	16歳以上	14:00～ 14:50			11	20名	12,100 円
26	歌声ひろば (研修室)	16歳以上	15:00～ 16:15	火	10月 8 15 29 11月 5 12 19 26 12月 3 10 17 24	11	40名	6,270 円

※参加料には傷害保険料が含まれています。

※教室の日程・時間等は変更となる場合があります。

※  マークの付いている教室は裸足で行います。

令和元年度 緑スポーツセンター第3期（秋）事前受付教室 日程表



親子教室

	教室名	対象	時間	曜日	開催日程	回数	定員	参加料
27	よちよち親子 (研修室)	1歳～ 2歳6ヶ月児 と保護者	11:00～ 11:50	月	10月 21 28 11月 18 25 12月 2 16 23	7	20組	3,640 円
28	はいはい親子 (研修室)	8ヶ月～ 1歳6ヶ月児 と保護者	12:00～ 12:50				20組	3,640 円
29	親子リトミック ラッコ (第3体育室)	H29.4.2～ H30.4.1 と保護者	9:00～ 9:50				30組	3,640 円
30	親子リトミック イルカ (第3体育室)	H27.4.2～ H29.4.1 と保護者	10:00～ 10:50				30組	3,640 円
31	英語deリトミック キャンディー (研修室)	6ヶ月～ 1歳6ヶ月児 と保護者	11:00～ 11:50	火	10月 8 15 29 11月 5 12 19 26 12月 3 10 17 24	11	20組	8,030 円
32	英語deリトミック クッキー (研修室)	1歳6ヶ月～ 3歳児 と保護者	12:00～ 12:50				20組	8,030 円
33	赤ちゃん親子 (第3体育室)	1ヶ月～ 11ヶ月児 と保護者	12:00～ 12:50	水	10月 9 16 23 30 11月 6 13 20 27 12月 4 11 18	11	20組	5,720 円
34	親子体操 コアラ (第2体育室)	2歳～ 4歳児 と保護者	9:30～ 10:45				40組	5,720 円
35	親子体操 パンダ (第2体育室)	2歳～ 4歳児 と保護者	9:30～ 10:45	金	10月 11 18 25 11月 1 8 15 22 29 12月 6 13 20	11	40組	5,720 円
36	わんぱく親子 (第2体育室)	2歳～ 4歳児 と保護者	9:30～ 10:20	土	10月 5 12 19 26 11月 2 9 16 30 12月 7 14 21	11	30組	5,720 円

※参加料には傷害保険料が含まれています。

※教室の日程・時間等は変更となる場合があります。

※ マークの付いている教室は託児付きです。550円×回数分の託児料が別途必要となります。



※ マークの付いている教室は裸足で行います。

令和元年度 緑スポーツセンター第3期（秋）事前受付教室 日程表




こども教室

♡こども空手①, ②は重複して申し込むことが出来ません

	教室名	対象	時間	曜日	開催日程	回数	定員	参加料
37	キッズバレエ (研修室)	4歳以上の 未就学児	16:30～ 17:30	火	10月 8 15 29	11	15名	5,720 円
38	ジュニアバレエ (研修室)	小学1年～ 6年生	17:40～ 18:40		11月 5 12 19 26		20名	5,720 円
					12月 3 10 17 24			
39	キッズスポーツ サクラ (第2体育室)	H26.4.2～ H27.4.1 (年中)	15:05～ 16:05	水		11	40名	4,620 円
40	キッズスポーツ ヒマワリ (第2体育室)	H25.4.2～ H26.4.1 (年長)	16:15～ 17:15		10月 9 16 23 30		40名	4,620 円
41	ジャイアントキッズ塾 (研修室)	小学1年生	16:00～ 16:50		11月 6 13 20 27		15名	5,720 円
42	ジュニアバドミントン (第2体育室)	小学1年～ 中学3年生	17:30～ 19:00		12月 4 11 18		33名	10,340 円
43	マリノスサッカー ブルー (第1体育室)	年少～年長	16:40～ 17:30	木	10月 10 17 24 31	11	40名	13,530 円
44	マリノスサッカー レッド① (第1体育室半面)	小学1年～ 2年生	17:40～ 18:50		11月 7 14 21 28		20名	13,530 円
45	マリノスサッカー レッド② (第1体育室半面)	小学3年～ 4年生	17:40～ 18:50		12月 5 12 19		20名	13,530 円
46	幼児体操 タンポポ (第2体育室)	H27.4.2～ H28.4.1 (年少)	15:00～ 16:00	金		11	30名	4,620 円
47	ジュニア体操 ストロベリー (第2体育室)	小学1年～ 3年生	16:15～ 17:25				40名	4,620 円
48	ジュニア体操 レモン (第2体育室)	小学4年～ 6年生	17:35～ 18:45				30名	4,620 円
49	キッズHIPHOP (研修室)	4歳以上の 未就学児	15:00～ 15:50		10月 11 18 25		15名	5,720 円
50	ジュニアHIPHOP (研修室)	小学1年～ 6年生	16:00～ 16:50		11月 1 8 15 22 29		20名	5,720 円
51	♡こども空手① (研修室) 	4歳～ 小学6年生	17:00～ 17:50		12月 6 13 20		25名	5,720 円
52	♡こども空手② (研修室) 	4歳～ 小学6年生	18:00～ 18:50				25名	5,720 円

※参加料には傷害保険料が含まれています。

※教室の日程・時間等は変更となる場合があります。

※  マークの付いている教室は裸足で行います。