

**持ち物** ■室内シューズ、動きやすい服装、タオル、水分補給ドリンク

## Sports

スキルアップや健康増進、ストレス解消などにオススメ！

<p><b>1 硬式テニスH</b></p> <p>仕事終わりの平日夜にテニスを楽しみたい！というニーズに対応した月曜スクールです。</p> <table border="1"> <tr><td>月</td><td>20:15~21:45</td></tr> <tr><td>対象</td><td>成人</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>1,400円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>12名</td></tr> </table>	月	20:15~21:45	対象	成人	受講料	1,400円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)	定員	12名	<p><b>2 硬式テニスSP</b></p> <p>経験者対象の少人数での基本ショットの強化などスキルアップが目的クラスです。</p> <table border="1"> <tr><td>火</td><td>9:10~10:35</td></tr> <tr><td>対象</td><td>成人</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>1,300円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>10名</td></tr> </table>	火	9:10~10:35	対象	成人	受講料	1,300円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)	定員	10名	<p><b>3 硬式テニスA</b></p> <p>テニス初心者も経験者も、どなたでもお気軽に参加いただける教室です。</p> <table border="1"> <tr><td>火</td><td>10:40~12:10</td></tr> <tr><td>対象</td><td>成人</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>1,000円×開催回数分 (都度参加1回1,300円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>14名</td></tr> </table>	火	10:40~12:10	対象	成人	受講料	1,000円×開催回数分 (都度参加1回1,300円)	定員	14名
月	20:15~21:45																									
対象	成人																									
受講料	1,400円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)																									
定員	12名																									
火	9:10~10:35																									
対象	成人																									
受講料	1,300円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)																									
定員	10名																									
火	10:40~12:10																									
対象	成人																									
受講料	1,000円×開催回数分 (都度参加1回1,300円)																									
定員	14名																									
<p><b>4 硬式テニスB</b></p> <p>テニス初心者も経験者も、どなたでもお気軽に参加いただける教室です。</p> <table border="1"> <tr><td>火</td><td>12:15~13:45</td></tr> <tr><td>対象</td><td>成人</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>1,000円×開催回数分 (都度参加1回1,300円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>14名</td></tr> </table>	火	12:15~13:45	対象	成人	受講料	1,000円×開催回数分 (都度参加1回1,300円)	定員	14名	<p><b>5 硬式テニスC</b></p> <p>テニス初心者も経験者も、どなたでもお気軽に参加いただける教室です。</p> <table border="1"> <tr><td>火</td><td>13:50~15:20</td></tr> <tr><td>対象</td><td>成人</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>1,000円×開催回数分 (都度参加1回1,300円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>14名</td></tr> </table>	火	13:50~15:20	対象	成人	受講料	1,000円×開催回数分 (都度参加1回1,300円)	定員	14名	<p><b>6 卓球教室</b></p> <p>基本フォームやラケットの選び方など基礎知識から丁寧に指導します。</p> <table border="1"> <tr><td>木</td><td>13:45~15:30</td></tr> <tr><td>対象</td><td>成人</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>900円×開催回数分 (都度参加1回1,000円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>40名</td></tr> </table>	木	13:45~15:30	対象	成人	受講料	900円×開催回数分 (都度参加1回1,000円)	定員	40名
火	12:15~13:45																									
対象	成人																									
受講料	1,000円×開催回数分 (都度参加1回1,300円)																									
定員	14名																									
火	13:50~15:20																									
対象	成人																									
受講料	1,000円×開催回数分 (都度参加1回1,300円)																									
定員	14名																									
木	13:45~15:30																									
対象	成人																									
受講料	900円×開催回数分 (都度参加1回1,000円)																									
定員	40名																									
<p><b>7 ヘルシーフィットダンス</b></p> <p>呼吸法やリスに合わせた運動を行い、心肺機能の向上などを目的としたプログラムです。</p> <table border="1"> <tr><td>金</td><td>10:30~11:45</td></tr> <tr><td>対象</td><td>成人</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>900円×3ヶ月回数分 (都度参加1回1,000円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>25名</td></tr> </table>	金	10:30~11:45	対象	成人	受講料	900円×3ヶ月回数分 (都度参加1回1,000円)	定員	25名	<p><b>8 硬式テニスKIDS-Fクラス</b></p> <p>ゴールデンエイジと呼ばれる時期に、テニスを通して体力の向上をはかります。</p> <table border="1"> <tr><td>月</td><td>17:45~18:55</td></tr> <tr><td>対象</td><td>小学4年生~中学生</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>1,300円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>12名</td></tr> </table>	月	17:45~18:55	対象	小学4年生~中学生	受講料	1,300円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)	定員	12名	<p><b>9 硬式テニスKIDS-Gクラス</b></p> <p>ゴールデンエイジと呼ばれる時期に、テニスを通して体力の向上をはかります。</p> <table border="1"> <tr><td>月</td><td>19:00~20:10</td></tr> <tr><td>対象</td><td>小学4年生~中学生</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>1,300円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>12名</td></tr> </table>	月	19:00~20:10	対象	小学4年生~中学生	受講料	1,300円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)	定員	12名
金	10:30~11:45																									
対象	成人																									
受講料	900円×3ヶ月回数分 (都度参加1回1,000円)																									
定員	25名																									
月	17:45~18:55																									
対象	小学4年生~中学生																									
受講料	1,300円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)																									
定員	12名																									
月	19:00~20:10																									
対象	小学4年生~中学生																									
受講料	1,300円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)																									
定員	12名																									

月の途中からも入会できます！（新規登録者は残回数×1回単価）

※表示価格は全て税込です

<p><b>10 硬式テニスKIDS-Dクラス</b></p> <p>テニスに触れ、テニスというスポーツが「楽しい」と感じてもらうことを目指します。</p> <table border="1"> <tr><td>火</td><td>15:30~16:30</td></tr> <tr><td>対象</td><td>4歳~小学2年生</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>1,050円×開催回数分 (都度参加1回1,300円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>10名</td></tr> </table>	火	15:30~16:30	対象	4歳~小学2年生	受講料	1,050円×開催回数分 (都度参加1回1,300円)	定員	10名	<p><b>11 硬式テニスKIDS-Eクラス</b></p> <p>基本のショットから応用まで楽しみながら練習し、上達を目指します。</p> <table border="1"> <tr><td>火</td><td>16:30~17:40</td></tr> <tr><td>対象</td><td>小学2年生~小学6年生</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>1,300円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>12名</td></tr> </table>	火	16:30~17:40	対象	小学2年生~小学6年生	受講料	1,300円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)	定員	12名	<p><b>12 キッズバスケットボール教室 D-3クラス</b></p> <p>幼稚園年長から受講できるクラスです。まずはボールに慣れることからスタートします。</p> <table border="1"> <tr><td>水</td><td>16:30~17:30</td></tr> <tr><td>対象</td><td>年長~小学2年生</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>1,125円×開催回数分 (都度参加1回1,300円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>20名</td></tr> </table>	水	16:30~17:30	対象	年長~小学2年生	受講料	1,125円×開催回数分 (都度参加1回1,300円)	定員	20名
火	15:30~16:30																									
対象	4歳~小学2年生																									
受講料	1,050円×開催回数分 (都度参加1回1,300円)																									
定員	10名																									
火	16:30~17:40																									
対象	小学2年生~小学6年生																									
受講料	1,300円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)																									
定員	12名																									
水	16:30~17:30																									
対象	年長~小学2年生																									
受講料	1,125円×開催回数分 (都度参加1回1,300円)																									
定員	20名																									
<p><b>13 キッズバスケットボール教室 D-2クラス</b></p> <p>バスケットボールを楽しみながら、基礎体力の向上も目指します。</p> <table border="1"> <tr><td>水</td><td>17:30~19:00</td></tr> <tr><td>対象</td><td>小学1年生~小学6年生</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>1,250円×開催回数分 (都度参加1回1,500円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>40名</td></tr> </table>	水	17:30~19:00	対象	小学1年生~小学6年生	受講料	1,250円×開催回数分 (都度参加1回1,500円)	定員	40名	<p><b>14 キッズバスケットボール教室 D-1クラス</b></p> <p>基礎の習得はもちろんのこと、実践で実力を発揮できる選手を目指すクラスです。</p> <table border="1"> <tr><td>水</td><td>19:00~20:50</td></tr> <tr><td>対象</td><td>中学生・昇級者</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>1,375円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>30名</td></tr> </table>	水	19:00~20:50	対象	中学生・昇級者	受講料	1,375円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)	定員	30名	<p><b>15 キッズフットサルスクール Aクラス</b></p> <p>ボールに触れる楽しみ、ボールを蹴る楽しみを存分に味わえる教室です。</p> <table border="1"> <tr><td>木</td><td>16:20~17:20</td></tr> <tr><td>対象</td><td>小学1年生・小学2年生</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>1,250円×開催回数分 (都度参加1回1,400円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>25名</td></tr> </table>	木	16:20~17:20	対象	小学1年生・小学2年生	受講料	1,250円×開催回数分 (都度参加1回1,400円)	定員	25名
水	17:30~19:00																									
対象	小学1年生~小学6年生																									
受講料	1,250円×開催回数分 (都度参加1回1,500円)																									
定員	40名																									
水	19:00~20:50																									
対象	中学生・昇級者																									
受講料	1,375円×開催回数分 (都度参加1回1,600円)																									
定員	30名																									
木	16:20~17:20																									
対象	小学1年生・小学2年生																									
受講料	1,250円×開催回数分 (都度参加1回1,400円)																									
定員	25名																									
<p><b>16 キッズフットサルスクール Bクラス</b></p> <p>初心者でも経験者でも、レベルに合わせて丁寧に指導します。</p> <table border="1"> <tr><td>木</td><td>17:30~18:40</td></tr> <tr><td>対象</td><td>小学3年生・小学4年生</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>1,550円×開催回数分 (都度参加1回1,700円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>25名</td></tr> </table>	木	17:30~18:40	対象	小学3年生・小学4年生	受講料	1,550円×開催回数分 (都度参加1回1,700円)	定員	25名	<p><b>17 キッズフットサルスクール Cクラス</b></p> <p>フットサル特有のボールコントロールや判断力が身につくよう、基礎から練習します。</p> <table border="1"> <tr><td>木</td><td>18:50~20:10</td></tr> <tr><td>対象</td><td>小学5年生・小学6年生</td></tr> <tr><td>受講料</td><td>1,800円×開催回数分 (都度参加1回2,000円)</td></tr> <tr><td>定員</td><td>25名</td></tr> </table>	木	18:50~20:10	対象	小学5年生・小学6年生	受講料	1,800円×開催回数分 (都度参加1回2,000円)	定員	25名									
木	17:30~18:40																									
対象	小学3年生・小学4年生																									
受講料	1,550円×開催回数分 (都度参加1回1,700円)																									
定員	25名																									
木	18:50~20:10																									
対象	小学5年生・小学6年生																									
受講料	1,800円×開催回数分 (都度参加1回2,000円)																									
定員	25名																									

### 教室ご参加方法

2024年度 スポーツ教室の申込み方法

- ① 本紙の一覧表からご参加希望の教室をピックアップ！
- ② 施設にご連絡ください。空き状況等についてご案内します。
- ③ 施設の2階受付窓口にて「教室受講申込書兼承諾書」をご記入ください。
- ④ 受講料は月謝制です。月の途中から参加の場合は1回単価×残回数分で参加可能です。
- ⑤ 都度利用の場合は、事前に施設までご連絡のうえ必ず空き状況を確認してください。

### ～ 教室における注意事項 ～

- 教室のお申込みはご本人様のみとなり、代理の方のお申し込みはできません。（ジュニアスクールは保護者様）
- 各教室の講師・インストラクターは代行となる場合もございますのでご了承ください。
- お申込み状況により開講となる可能性がございます。（各教室に最少参加人数を設けております。）
- 定員に達している教室は都度利用できません。また月謝制など一部で都度利用できない教室がございます。