

# 令和4年度 秋季スポーツ教室開催要項

託児付教室、申し込み方法、注意事項などは裏面に記載してあります。

教室名	対象	日 程										曜日	時間	場所	定員	受講料
KIDSバトントワリング	5歳～小学6年生	9/5	9/12	9/26	10/3	10/17	10/24	10/31	11/7	11/14	11/21	月	17:30～18:45	総合体育館多目的2	30名	4,000円
親子のウエルネスリミック	親子(1歳～3歳)	9/6	9/13	9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	火	10:00～10:45	総合体育館多目的2	15組	8,000円
バランスボールエクササイズ	16歳以上の女性	9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/9	11/16	水	13:15～14:15	総合体育館多目的2	20名	5,000円
やさしいピラティス	16歳以上の女性	9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/9	11/16	水	14:45～15:45	総合体育館多目的2	20名	5,000円
キッズチアダンス	4歳～6歳	9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/9	11/16	水	16:00～16:45	総合体育館多目的2	30名	4,000円
ジュニアチアダンス	小学1年生～6年生	9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/9	11/16	水	17:00～17:45	総合体育館多目的2	30名	4,000円
ストレッチ&コアトレーニング	16歳以上の男性	9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/9	11/16	水	19:00～20:00	総合体育館多目的2	40名	5,000円
バドミントン	16歳以上	9/8	9/15	9/22	9/29	10/6	10/13	10/27	11/10	11/17	11/24	木	9:30～11:30	総合体育館アリーナ	40名	5,000円
卓球	16歳以上	9/8	9/15	9/22	9/29	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	木	9:30～11:30	総合体育館アリーナ	56名	5,000円
武術太極拳	16歳以上	9/8	9/15	9/22	9/29	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	木	19:00～20:30	総合体育館多目的2	40名	5,000円
骨盤エクササイズ&ウエープリング	16歳以上の女性	9/8	9/15	9/22	9/29	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	木	19:30～20:30	総合体育館多目的1	60名	5,000円
ブア レファ(フラダンス)	16歳以上	9/2	9/16	9/30	10/21	10/28	11/11	11/18	11/25	12/9	12/16	金	10:00～11:30	総合体育館多目的1	40名	5,000円
スローエアロビック	65歳以上	9/2	9/16	10/7	10/21	10/28	11/11	11/18	11/25	12/9	12/16	金	10:30～11:30	総合体育館多目的2	40名	5,000円
ZUMBA	16歳以上	9/2	9/16	9/30	10/7	10/21	10/28	11/11	11/18	12/9	12/16	金	13:30～14:30	総合体育館多目的2	40名	5,000円
弓道(初心者)	中学1年生以上	9/3	9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	11/12	土	13:00～14:30	総合体育館弓道場	30名	4,000円
弓道	中学1年生以上(2段以下)	9/3	9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	11/12	土	15:00～16:30	総合体育館弓道場	50名	4,000円
なぎなた	小学1年生以上	9/5	9/12	9/26	10/17	10/24	10/31	11/7	11/14	11/21	11/28	月	19:00～20:30	三滝武道館剣道場	30名	4,000円
(桜)テニス(初級)初心者除く	16歳以上	9/6	9/13	9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	火	10:00～11:30	桜テニスコート	20名	7,000円
太極拳	16歳以上	9/13	9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	11/15	火	10:00～12:00	三滝武道館剣道場	80名	4,000円
アーチェリー	小学3年生以上	9/6	9/13	9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	火	18:30～20:30	霞ヶ浦体育館	30名	5,000円
アナミック骨盤ヨガ	16歳以上	9/6	9/13	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	11/15	11/29	火	19:00～20:30	総合体育館多目的1	50名	5,000円
ウォーキング&ストレッチ	16歳以上	9/21	9/28	10/12	10/19	10/26	11/9	11/16	11/30	12/14	12/21	水	9:30～11:00	中央陸上競技場	40名	4,000円
スロージョギング	16歳以上	9/21	9/28	10/12	10/19	10/26	11/9	11/16	11/30	12/14	12/21	水	11:00～12:30	中央陸上競技場	40名	4,000円
親子の水泳	親子(2歳～5歳)	9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	水	9:30～10:30	温水プール	15組	7,000円
始めてみよう水泳	16歳以上	9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	水	9:30～10:30	温水プール	15名	7,000円
ステップアップスイミング	16歳以上	9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	水	10:30～11:30	温水プール	20名	7,000円
(楠)マット運動	年中～小学2年生	9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26			水	15:15～16:00	楠体育館アリーナ	20名	3,200円
ラグビー	小学4年生～中学3年生	9/8	9/15	9/22	9/29	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	木	19:00～21:00	中央フットボール場Cフィールド	30名	4,000円
KIDSランラン	小学1年生～3年生	9/17	9/24	10/8	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	土	9:00～10:00	※桜多目的広場	30名	4,000円
小学生陸上	小学4年生～6年生	9/17	9/24	10/8	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	土	10:30～12:00	※桜多目的広場	30名	4,000円
マット運動が上手になるレスリング教室	年少～中学3年生	9/3	9/10	9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	土	9:30～10:30	中央レスリング場	20名	4,000円
ジュニア&レディースアーティスティックスイミング	小学1年生以上の女性	9/3	9/10	9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	土	9:30～11:30	温水プール	30名	7,000円
ソフトテニス	小学2年生以上	9/3	9/10	9/17	9/24	10/8	10/15	10/22	10/29			土	13:30～15:30	三滝テニスコート	100名	4,000円
たのしいみんなの合気道	小学1年生以上(4年生まで親同伴)	9/3	9/10	9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	土	13:30～15:00	三滝武道館柔道場	20名	4,000円
器械体操	小学3年生～6年生	9/3	9/10	9/17	9/24	10/1	10/8	10/22				土	17:00～18:45	楠体育館アリーナ	30名	2,800円
水球(前期)	小学2年生～中学3年生	10/2	10/9	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27	12/4	12/11	日	9:30～11:00	温水プール	40名	4,000円

※KIDSランラン(楠)及び小学生陸上(楠)は楠多目的運動場が工事の為、桜多目的広場へ変更いたします

# 令和4年度 秋季スポーツ教室開催要項(託児付)

教室名	対象	日 程											曜日	時間	場所	定員	受講料
ウエルネスヨガ	16歳以上	10/3	10/17	10/24	10/31	11/7	11/14	11/21	11/28	12/5	12/12	月	10:00～11:30	中央第2体育館	50名	5,000円	
スタイルアップヨガ	16歳以上	9/21	9/28	10/12	10/19	10/26	11/9	11/16	11/30	12/7	12/21	水	10:00～11:30	中央第2体育館	50名	5,000円	
ビューティレーニング	16歳以上の女性	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/22	木	10:00～11:30	中央第2体育館	70名	5,000円	
ヨガ(入門)	16歳以上	10/7	10/21	10/28	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23	金	9:30～10:30	中央第2体育館	70名	5,000円	
シェイプアップエクササイズ	16歳以上	10/7	10/21	10/28	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23	金	11:00～12:00	中央第2体育館	70名	5,000円	
託児	1歳以上	各教室と同日程													幼児室	各25名	3,000円

## 【申し込みについて】

申込対象者	市内に在住または通勤、通学する人(年齢・学年は、令和4年4月1日現在)		
申込方法 (3通りの方法で受け付けます)	<p>●往復はがき申込み 往信裏面に右記申込者情報、返信宛名面に住所と氏名を記入し、下記「スポーツ教室」係までお送りください。</p> <p>●メール申込み メール本文に右記申込者情報を記入し、下記申込専用アドレスまでお送りください。 結果の返信に申込者のアドレスを使用しますので必ず返信できるアドレスを使用してください。</p> <p>●直接申込み 返信用はがき(裏面は白紙)と、申込書を持参しお申込みください。 申込書はホームページ(<a href="https://www.y-sports.jp">https://www.y-sports.jp</a>)から入手できます。</p>		<p>【往復はがき及びメール用 申込者情報】</p> <p>①ご希望の教室名 ②氏名とふりがな ③性別 ④年齢(小学生は学年も)及び生年月日 ⑤郵便番号及び住所 ⑥日中に連絡がとれる電話番号 ～託児付き教室希望者～ ⑦お子様の氏名(ふりがな) ⑧性別及び年齢 ～水泳教室希望者～ ⑨泳げる種目と距離(m)</p>
申込場所	<p>●往復はがき・直接申込み 〒510-0886 四日市市日永東1丁目3番21号 四日市市スポーツ協会「スポーツ教室」係 (中央緑地施設管理事務所内) ☎059-345-4111</p> <p>●メール申込み 申込専用メールアドレス <a href="mailto:taikyou.044@y-sports.jp">taikyou.044@y-sports.jp</a></p>		
申込締切日	<p><b>8月18日(木)必着</b></p> <p>・申込者多数の場合は抽選にて決定し、通知を差し上げます。 ・締切後、定員に満たない場合は申し込んだ方全員が受講いただけます。 ・万が一キャンセルをする場合は、速やかに取り消し連絡をお願いします。 ・受講料については、教室初日の集金となりますので、ご用意をお願いします。</p>		

## 【注意事項等】

- 受講料には傷害保険が含まれています。 ○乳幼児同伴での教室参加はご遠慮下さい。 ○子どものみのロビーでの待機は禁止します。 ○申し込み状況により、開催中止となる場合がございます。
- 各教室の日程については天候やコロナウイルスなどにより変更・中止となる場合もありますので、ホームページで常時確認をしてください。
- 教室中の写真・映像・記事等の肖像権及び掲載に関する使用権は、主催者に帰属し、主催者ホームページ・情報発信案内及びその他パンフレット等に使用することを了承した上で申してください。
- 弓・ボール等は主催者で用意しますが、ラケット等については各自でご用意をお願いいたします。 ○弓道(初心者)・弓道は長ズボン・靴下を着用してください。
- ジュニア&レディースアーティスティックスイミングは平泳ぎが25m泳げる人が対象です。 ○温水プールで行う教室は、必ずスイミングキャップを着用してください。 ○温水プールは入場制限数があり見学はできません
- 託児は専門の保育士がお預かりします。

## 【特別開催教室のお知らせ】

教室名	対象とクラス	曜日と時間 (クラスごとに開催時間が異なります)	受講回数と月謝 基本月単位で受け付け、更新をします
四日市テニスセンター テニス教室	キッズクラス 年中～6歳まで	金曜日 16:00～16:45	週1回(45分) 5,400円
	ジュニア①/②/③	火・水・木・金曜日 ①17:00～18:00/②18:00～19:30/③19:00～21:00	週1～4回 ①週1回7,200円～/②週1回10,200円～/③週4回24,500円
	初心クラス/初級クラス	初心 水・金曜日/初級 火・木曜日 10:00～11:00	週1回(60分) 7,200円
	中級クラス	火・木曜日 13:00～14:20	週1回(80分) 9,600円
	トーナメントクラス	火曜日 15:00～16:30、水・金曜日 13:00～14:30	週1回(90分) 10,800円

※ご注意ください 下記による申し込みのみとなります※

四日市テニスセンター テニス教室 申込・問い合わせ専用ダイヤル 080-9487-3982