

令和6年度(令和7年)冬季スポーツ教室開催要項

教室名	対象	日 程											曜日	時間	場所	定員	受講料
親と子のウェルネス/トミック①	親と子(1歳～3歳)	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	3/18	3/25	火	9:30～10:15	総合体育館多目的室1	15組	8,000円	
親と子のウェルネス/トミック②	親と子(1歳～3歳)	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	3/18	3/25	火	10:30～11:15	総合体育館多目的室1	15組	8,000円	
アナトミック骨盤ヨガ	16歳以上	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	3/18	火	19:00～20:30	総合体育館多目的室1	50名	5,000円	
ウォーキング&ストレッチ	16歳以上	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/19	2/26	3/5	3/12	3/19	水	9:30～11:00	中央フットボール場Aフィールド	40名	4,000円	
スロージョギング	16歳以上	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/19	2/26	3/5	3/12	3/19	水	11:00～12:30	中央フットボール場Aフィールド	40名	4,000円	
バランスボールエクササイズ	16歳以上の女性	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12	水	13:15～14:15	総合体育館多目的室2	20名	5,000円	
やさしいピラティス	16歳以上の女性	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12	水	14:45～15:45	総合体育館多目的室2	50名	5,000円	
卓球	16歳以上	1/9	1/16	1/23	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	木	9:30～11:30	総合体育館アリーナ	60名	4,500円		
骨盤エクササイズ&ウェープリング	16歳以上の女性	1/9	1/16	1/23	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	3/27	木	19:30～20:30	総合体育館多目的室1	60名	5,000円	
ブア レファ(フラダンス)	16歳以上	1/24	2/14	2/21	3/7	3/14	3/21	3/28				金	10:00～11:30	総合体育館多目的室1	50名	3,500円	
ZUMBA	16歳以上	1/24	2/14	2/21	3/7	3/14	3/21	3/28				金	13:30～14:30	総合体育館多目的室2	50名	3,500円	
かけっこ教室	小学1年生～3年生	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/8	3/15	3/22	土	9:00～10:00	桜多目的広場	30名	4,000円	
ジュニア陸上	小学4年生～6年生	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/8	3/15	3/22	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	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15	土	9:00～10:00	中央レスリング場	20名	4,000円	

令和6年度(令和7年)冬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
ウェルネスヨガ	16歳以上	1/6	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	3/3	3/10	3/17	3/24	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	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/19	2/26	3/5	3/12	3/19	水	10:00～11:30	中央第2体育館	50名	5,000円	
ヨガ(入門)	16歳以上	1/17	1/24	1/31	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	3/21	金	9:30～10:30	中央第2体育館	70名	4,500円		
シェイプアップエクササイズ	16歳以上	1/17	1/24	1/31	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	3/21	金	11:00～12:00	中央第2体育館	70名	4,500円		
託児	1歳以上	各教室と同日程													幼児室	各25名	2,700円～

【申込みについて】

申込対象者	市内に在住または通勤、通学する人(年齢は教室初日、学年は令和6年4月1日現在)		
申込方法 (3通りの方法で受け付けます) ※複数の教室にお申込みの場合は、各教室毎に申込みが必要です。まとめてお申込みはできません。きょうだいや友人等、複数でのお申込みの場合も1人1通ずつお願いします。	<p>●往復はがき申込み 往信用の表面に宛先・氏名を、裏面に下記申込者情報を記載し郵送してください。</p> <p>【宛先】 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</p> <p>※往復はがきの料金が126円→170円に変更となっております。ご注意ください。</p> <p>●メール申込み メールの件名に希望の教室名、本文に下記申込者情報を入力し送信してください。</p> <p>※平日8:30～17:00の間に返信メールをお送りします。届かない場合は申込みが完了していない可能性がありますのでお問合せください。</p> <p>【申込み専用アドレス】 taikyuu.044@y-sports.jp</p>	<p>●直接申込み 表面に宛先・氏名を記載した郵便はがきを持参し、受付にてお申し込みください。</p> <p>【受付場所】 中央緑地施設管理事務所受付 (☎059-345-4111) または 四日市市総合体育館受付 (☎059-348-4100)</p> <p>※郵便はがきの料金が63円→85円に変更となっております。ご注意ください。</p>	
申込み期間 ※先着順ではありませんので、期間内にお申込みをお願いします。	<p>11月11日(月)～12月11日(水)必着</p> <p>・申込者が定員を超えた場合は前回落選の方を優先とし、それ以外の方で抽選をします。抽選後、結果を全員に通知いたします。</p> <p>・万が一キャンセルをする場合は、12月11日(水)までに電話にて連絡をお願いします。(☎059-345-4111)</p> <p>・受講料については、教室初日の受付時に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。○子どもだけのロビーでの待機は禁止します。○申込み状況により、開催中止となる場合がございます。○託児は専門の保育士がお預かりします。
- 各教室の日程については天候不良などにより変更・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込ください。