

【開催教室・開講日程】



	教室名	時間	対象	講師	定員	受講料 (教材費込)
月	子どもバトミントン(初心者) *レンタルラケット有:880円/8回(本数に限り有)	15:50~17:10	小学生	ウエンブレ講師 (杉山 貴音) 樋口 孝雄	40名	6,600円
	火	欲ばり! ヨガ・ピラティス	9:15~10:25	15歳以上 (中学生を除く)	榎木 順子	36名
	バレエストレッチ	10:40~11:50	夏川 ゆき		36名	7,700円
	アフタヌーン ヨガ	13:15~14:25	大谷 阿礼		36名	6,600円
水	卓球(初級基礎&応用コース)	9:10~10:25	15歳以上 (中学生を除く)	松村・金子・鈴木	40名	7,700円
	卓球(応用&実践コース)	10:35~11:50		松村・金子・鈴木	40名	7,700円
	シェイプアップ	9:15~10:15		植松 番奈	36名	7,150円
	楽しむフラダンス	10:30~11:45		SAORI	40名	7,700円
	やさしいピラティス	12:10~13:15		岡田 実奈子	36名	6,600円
	ピラティス&ストレッチ	13:30~14:45			40名	6,600円
	剣道入門 ※レンタル竹刀有:1,100円/10回	17:00~18:00	小学生以上 (初心者対象)	久保田 康英	15名	小学生:4,950円 中学生:5,500円 一般:6,600円
	屋内サッカー教室(ジュニアクラス)①	16:15~17:30	小学1~2年生	川崎フロンターレ 講師	24名	10,000円
	屋内サッカー教室(ジュニアクラス)②	17:30~18:45	小学3~4年生		24名	10,000円
	フットサル教室	19:00~20:15	高校生以上		15名	12,000円
楽しむZUMBA	18:45~19:45	15歳以上 (中学生を除く)	高崎 玲子	36名	8,200円	
ボディコンバット45	20:05~20:50		下田伸二	36名	7,150円	
木	楊名時健康太極拳	9:15~10:30	15歳以上 (中学生を除く)	熊澤 明	36名	6,600円
	ちょきん運動	9:30~10:30	55歳以上	深城 由美子	32名	5,400円
	おなかスッキリエクササイズ	19:00~20:15	15歳以上 (中学生を除く)	阿久津 幸子	40名	6,600円
金	モーニング ヨガ	9:15~10:25	15歳以上 (中学生を除く)	高崎 玲子	40名	6,600円
	バドミントン(基礎コース)	9:15~10:30		西村 有貴	48名	6,930円
	バドミントン(応用コース)※基礎打ち可能な方	10:35~11:50		ウエンブレ講師 (陶山 敬樹)	48名	6,930円
	エアロビクス(初級)	10:45~11:45		阿久津 幸子	40名	6,600円
	体操教室	15:20~16:05	年中~年長	智田 伸也	15名	9,900円
	器械体操教室	16:10~16:55	小学生		15名	9,900円
	ピククルボール(初級)	15:30~16:30	小学生以上	ラケットスポーツ 振興会講師	24名	9,900円
	ピククルボール(初級)	16:45~17:45			24名	9,900円
みんなで合気道	17:30~18:30	小学生以上 (初心者対象)	石川 敬一	20名	小学生:4,070円 中学生:4,950円 一般:6,600円	
土	サタデー ヨガ	9:15~10:25	15歳以上 (中学生を除く)	水戸部 晃子	36名	7,700円
	KICK OUT	10:45~11:45		新井 梨紗	36名	8,800円
	サタデーナイト ヨガ	18:35~19:40		青木 陽佳	36名	7,920円
	ボディパンプ45	20:00~20:45		下田伸二	18名	7,150円

1月

日	月	火	水	木	金	土
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

2月

日	月	火	水	木	金	土
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

3月

日	月	火	水	木	金	土
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

教室日数について
 月曜日:8回
 火~土曜日:10回

▼ 受講にあたってのお願い ▼

- ① 毎回、受講前にご自宅で検温をしてからご来館ください。
検温を忘れた場合は総合受付にて検温をお願いいたします。
*37.5℃以上ある方はその日の来館・受講はお断りいたします。
- ② 体調がすぐれない場合は無理をせずお休みしてください。
- ③ 受講中は必ずマスクやフェイスカバーの着用をお願いいたします。
- ④ 三密を避けるなど、感染対策の徹底をお願いいたします。
- ⑤ 都合によりコーチが変更となる場合もあります。

*受講にあたってのお願いの詳細は入金時お渡しいたします。

川崎市多摩スポーツセンター
 〒214-0008 川崎市多摩区菅北浦4-12-5
 TEL044-946-6030 HP:<https://tama-sports.net/>
 ※当施設は東京都多摩市の「多摩スポーツセンター」とは異なります。

2022年度
第4期

スポーツ教室



▼ 受付期間 ▼

申込受付: 2022年11月12日(土)～11月25日(金)必着

入金受付: 2022年12月5日(月)～12月19日(月)21:00まで

※入金受付期日までにご入金がない場合、キャンセルされたものとさせていただきますので、予めご了承ください。

▼ 申込方法 ▼

下記①～②のいずれかの方法でお申込みください。

①往復はがきを送付する。(下記参照)

③QRコードからWEB申込



②返信用はがきをご持参の上、当スポーツセンターにて申込をする。

*返信用はがきをご持参いただく場合は、表面に住所・参加される方のお名前を必ずご記入ください。

ご記入の際は油性のボールペンをご利用ください。(消えるボールペン不可)

*返信用の裏面は何も記入しないでください。

*各教室1人1枚申込可能です。1教室に複数枚お申込みの場合は1枚のみ有効とさせていただきます。

往信(表面)	返信(裏面)	返信(表面)	往信(裏面)
63 〒 214-0008 往信 川崎市多摩区菅北浦 4-12-5 川崎市多摩 スポーツセンター 行	記入しないでください	63 □□□-□□□□ 返信 返信用住所を記入 お申込者様のお名前 様	①教室名・曜日 (例: モーニングヨガ 金曜) *卓球・屋内サッカー教室は①が②の クラスを必ず記入してください ②氏名(フリガナ) ③性別 ④年齢・学年 ⑤電話番号 ⑥緊急連絡先名(続柄・電話)

▼ 注意事項 ▼

①応募者が定員を超えた場合は抽選(市民優先)により受講者を決定いたします。

②定員に満たない場合は 12月21日(水)より追加募集をいたします。(申込先着順、電話受付不可)

受講料をご持参の上、当スポーツセンター総合受付にてお申込みください。

※追加募集の案内は 12月20日(火)より館内掲示板及び当施設ホームページにてご案内いたします。

③一度納入された受講料はお返しできませんので予めご了承ください。

④申込みに不備がある場合、受付できない場合があります。

(往復はがきでの申込みの方: 往信はがき裏面①～⑥全てご記入ください。)

※レンタル希望の場合はその旨、追記ください。

⑤健康状態に不安がある方は予め医師の許可を得てからお申込みください。

⑥室内用シューズは床に跡が残らないノンマーキングシューズか、靴裏が紺色又は白のシューズをご使用ください。

⑦ご本人様以外の方の代理受講は権利の譲渡となる為できませんので、予めご了承ください。

⑧トラブル回避の為、受講料のお支払いはご本人が行ってください。

⑨近隣道路や他の施設に長時間駐車するなど、近隣住民の皆様から迷惑行為である旨の苦情を

いただきました。必ず当センター駐車場をご利用ください。(1時間まで無料、以降料金が発生いたします。)

尚、土曜日は混雑し駐車できない場合があります。公共交通機関をご利用ください。

⑩武道系の教室は、礼儀作法含む教室となっております、予めご了承ください。

