

総合体育館・サンフロッグ春日井のスポーツ教室

申込共通項目… 催し(教室)名、参加者全員の住所・氏名(ふりがな)、電話番号



新型コロナウイルス感染症の影響により、内容・定員の変更や中止の場合があります。詳しくは、問い合わせてください。

～公共施設等利用時のお願い～ 新型コロナウイルス感染拡大を防ぐために、理解と協力をお願いします。

- 外出前に体調のチェックをし、体調が良くないときは無理せず自宅で静養しましょう
- 入館時に手指の消毒をしてください
- 運動時以外は、必ずマスクの着用をお願いします
- 3密を避けましょう

総合体育館
☎84-7101

申し込み

10月10日(土)〈必着〉までに、往復はがき(1教室1枚、連名は1人まで)に上の申込共通項目と年齢、学年、①②の別、市外在住の人は勤務先か学校名、園名も書いて、〒486-0804鷹来町4196-3へ
※ 市スポーツ・ふれあい財団ホームページからも申し込み可

教室名	とき	対象・定員	受講料
速く走れるようになろう! 少しでも速く走れるように練習する	10/28～11/18の毎週水曜日(4回) 17:30～18:30	小学3～6年生・40人(抽選)	1000円
始めてみよう!楽しい体操(てつぼう) 前回り下り、逆上がりなどができるように練習する	10/29～11/19の毎週木曜日(4回) 18:00～19:00	小学生・70人(抽選)	1000円
エイベックス・ダンスボックス①② 流行の音楽やダンスでヒップホップダンスを踊る	11/4～1/13の水曜日(12/30を除く10回) ①16:30～17:20②17:40～18:30	①小学1・2年生②小学3～6年生 各30人(抽選)	各6000円
椅子ヨガ 椅子を使ったヨガで気軽に体を動かす	11月の毎週木曜日(4回) 13:30～14:30	高校生以上の人・40人(抽選)	1200円
バレトン バレエ、ヨガ、フィットネスを合わせたエアロビクス	11月の毎週金曜日(4回) 10:45～11:45	高校生以上の人・50人(抽選)	1200円
すこやか幼児体操(①年少・②年長) 体操や遊びを通じて、運動機能を高める ※落合公園体育館で実施	11/13～12/4の毎週金曜日(4回) ①16:00～16:45②17:00～17:45	①年少の幼児②年長の幼児 各30人(抽選)	各1000円

サンフロッグ春日井
☎56-2277

申し込み

「水中ウォーキング教室」は9月18日(金)午前9時から電話で、それ以外、10月10日(土)〈必着〉までに、往復はがき(1教室1枚、連名は1人まで)に上の申込共通項目と年齢、学年、①②の別、市外在住の人は勤務先か学校名も書いて、〒486-0841南下原町2-4-11へ
※ 市スポーツ・ふれあい財団ホームページからも申し込み可

教室名	とき	対象・定員	受講料
水中ウォーキング教室(基本編) 基本的な水中ウォーキングを練習する	9/25(金) 10:30～11:30	高校生以上の人・20人(先着順)	500円
水中ウォーキング教室(応用編) 効果的な水中ウォーキングを練習する	9/29(火) 10:30～11:30	高校生以上の人・20人(先着順)	500円
水中運動 ウォーキングを基本とした運動を行う	11月の毎週水曜日(4回) 10:45～11:45	高校生以上の人・45人(抽選)	2000円
クロールを覚えよう①② クロールを基本から練習する	①11月の毎週水・金曜日(8回) ②11/5～12/3の火・木曜日(11/24を除く8回) ①17:00～18:00②18:15～19:15	小学生・各35人(抽選)	各4000円
平泳ぎを覚えよう 平泳ぎを基本から練習する	11月の毎週水・金曜日(8回) 18:15～19:15	クロールで25m以上泳げる 小学生・25人(抽選)	4000円
ソフトアクア(初級) 初心者向きのやさしい水中エアロ	11月の毎週木曜日(4回) 9:20～10:20	高校生以上の人・50人(抽選)	2000円
水慣れから始める初心者教室 顔つけから泳ぎの基本を練習する	11/5～12/3の火・木曜日(11/24を除く8回) 17:00～18:00	小学生・35人(抽選)	4000円
ロングスイミング教室 長距離を泳ぐことができるよう練習する	11/6～12/4の火・金曜日(11/24を除く8回) 10:30～11:30	クロールで25m以上泳げる 高校生以上の人・20人(抽選)	6000円