

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

※1月29日時点



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。

総合体育館
☎84-7101

申し込み

3月10日(水)〈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、新学年、①～③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
椅子ヨガ 椅子を使ったヨガで気軽に体を動かす	4/1～4/22の毎週木曜日(4回) 13:30～14:30	新高校生以上の人・24人(抽選)	1200円
始めてみよう!楽しい体操(とびばこ・マット) 開脚とびや前転、後転などができるように練習する	4/2～4/30の金曜日(4/9を除く4回) 18:00～19:00	新小学1～6年生・70人(抽選)	1000円
すこやか幼児体操(①年中②年少③年長) 体操や遊びを通じて、運動機能を高める	4月の毎週土曜日(4回) ①9:15～10:00②10:15～11:00 ③11:15～12:00	①新年中の幼児②新年少の幼児 ③新年長の幼児・各24人(抽選)	各1000円
フラダンス アロハ音楽に合わせて、基本の動作を踊る	4月の毎週土曜日(4回) 10:45～11:45	新高校生以上の人・24人(抽選)	1200円
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	4月の毎週火曜日(4回) 16:30～17:30	新小学1・2年生・35人(抽選)	1000円
ボクシングエアロ ボクシングの動きを取り入れたエアロピクス	4/9～4/30の毎週金曜日(4回) 10:45～11:45	新高校生以上の人・24人(抽選)	1200円
ジュニアダンスマスター ヒップホップダンスの基礎を学ぶ	4/9～6/11の毎週金曜日(10回) 18:30～19:30	新小学1～6年生・24人(抽選)	3000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 ※落合公園体育館で実施	4/9～4/30の毎週金曜日(4回) 16:30～17:30	新小学1・2年生・35人(抽選)	1000円

サンフロッグ春日井
☎56-2277

申し込み

3月10日(水)〈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、新学年、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
ソフトアクア(初級) 初心者向けのやさしい水中エアロ	4/1～22の毎週木曜日(4回) 9:20～10:20	新高校生以上の人・30人(抽選)	2000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	4/1～27の毎週火・木曜日(8回) 10:30～11:30	クロールで25m以上泳げる新高校生以上の人・14人(抽選)	6000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	4/1～27の毎週火・木曜日(8回) 17:00～18:00	新小学2年生以上の人・20人(抽選)	4000円
クロールを覚えよう①② クロールを基本から練習する	①4/1～27の毎週火・木曜日(8回) ②4/2～28の毎週水・金曜日(8回) ①18:15～19:15 ②17:00～18:00	新小学2年生以上の人・各20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	4/2～28の毎週水・金曜日(8回) 18:15～19:15	クロールで25m以上泳げる新小学2年生以上の人・20人(抽選)	4000円
水中運動 ウォーキングを基本とした運動を行う	4月の毎週火曜日(4回) 9:20～10:20	新高校生以上の人・30人(抽選)	2000円
大人の初めてクロール教室 泳ぎを基本から練習する	4/7～30の毎週水・金曜日(8回) 10:45～11:45	クロールの泳げない新高校生以上の人・14人(抽選)	6000円
脂肪燃焼アクア(2か月コース) 効率のよい脂肪燃焼を目指した水中エアロ	4/9～5/28の毎週金曜日(8回) 9:20～10:20	新高校生以上の人・30人(抽選)	4000円
松村亜矢子のリズムシンクロ教室(中級編) 世界で活躍した選手の指導を受け体験する	4/11～6/6の日曜日(5/2を除く8回) 8:30～9:45	加-ル・背泳ぎ・平泳ぎで25m以上泳げる新小学生～高校生・30人(抽選)	6000円
ダイエットプログラム①② トレーニング室で減量を目指す	4/16～6/18の毎週金曜日(10回) ①9:30～11:30 ②13:30～15:30	新高校生以上の人・各3人(抽選)	各7000円

運動時もマスクの着用をお願いします。(※水泳教室を除く)