

西区からのお知らせ

西区体育館・温水プールから

■西区体育館スポーツ教室

①子ども向け

対象	教室名	時間	期間・曜日・回数	定員	受講料※1	
3・4歳と保護者	親子体操	午前11時～正午	12月4日～3月19日 (木) 全13回	10組	7,900円	
	キッズ新体操A	午後2時～3時	12月4日～3月19日 (木) 全13回	各20人		
	キッズ新体操B	午後3時～4時				
5・6歳	キッズヒップホップ	午後4時～5時	12月4日～3月19日 (木) 全13回	20人	9,700円	
	ジュニアヒップホップ	午後4時～5時				
小1～小4	ジュニア新体操(木)	午後4時～5時30分	12月4日～3月19日 (木) 全13回	各10人	9,700円	
	ジュニア新体操(金)	午後4時～5時30分	12月5日～3月13日 (金) 全13回			
小2・小3	少年少女卓球A	午後4時15分～5時45分	12月3日～3月18日 (水) 全13回	各10人	7,900円	
小4～小6	少年少女卓球B					
小3～小6	少年少女バドミントン 入門(金)	午後4時15分～5時45分	12月5日～3月13日 (金) 全13回	各15人	7,900円	
	少年少女バドミントン 初級(金)		12月9日～3月24日 (火) 全13回			
	少年少女バドミントン 中級(火)	午後4時15分～5時45分	12月4日～3月19日 (木) 全13回			
小3・小4	少年少女テニスA	午後4時～5時	12月4日～3月19日 (木) 全13回	各10人	7,900円	
小5・小6	少年少女テニスB	午後5時～6時				

②一般向け

対象	教室名	時間	期間・曜日・回数	定員	受講料※2
一般(16歳以上)	卓球	入門	1月7日～3月18日 (水) 全10回	各30人	6,100円 (4,800円)
		初級	午前11時～午後0時30分		
		中級	午前9時30分～11時		
	バドミントン	入門	1月7日～3月18日 (水) 全10回	15人	7,000円 (5,600円)
		初級	午前11時～午後1時		
	ソフトテニス	初中級	1月7日～3月25日 (水) 全10回	各10人	7,400円 (6,000円)
		入門	1月7日～3月18日 (水) 全10回		
	テニス	初級	1月15日～3月19日 (木) 全10回		
		初中級(週1)	午後2時30分～4時		
		初中級(週2)	1月9日～2月13日 (火/金) 全10回		
		中級	午後2時30分～4時		
		入門	1月20日～3月24日 (火) 全10回	各30人	5,100円 (4,100円)
	パワーヨガ	応用	午前11時30分～午後0時30分		
		からだにやさしい 健康体操	午後1時～2時30分	各30人	5,100円 (4,100円)
	ピラティス・ ボールシェイプ	健美操	午前11時～午後0時30分		
		ヨガ(月)	午後1時～2時10分	20人	4,200円 (3,400円)
	ヨガ(水)	午後7時30分～8時30分	1月7日～3月18日 (水) 全10回		
	やさしいヨガ	午後1時30分～2時30分	1月15日～3月19日 (木) 全10回	各20人	6,100円 (4,800円)
	棒 ^{アンド} しなやか エクササイズ	午前10時30分～11時30分	1月9日～3月13日 (金) 全10回		

※1 身体に障がいのある方はお問い合わせください。受講料のほかに毎回施設利用料が必要(中学生以下無料)。
※2 受講料のほかに毎回施設利用料が必要。受講料の()内は、65歳以上の方および身体に障がいのある方の料金。

△スポーツ教室
申込 内容
左表の通り。
①11月11日(火)～14日
②12月1日(月)～5日(金)
のいずれも午前9時～午後9時

時に直接来館するか電話で
定員を超えた場合、①11月16日(日)～12月7日(日)に抽選。
同日の午後3時以降に直接来
館するか電話で結果を確認し
てください。なお、11月17日(月)は施設整備日のため、抽選はできま
せん。

△水泳教室(来年1月開講)
申込 内容
対象 ①親子教室②幼稚園教室
③少年少女教室④フィットネス教室
④高校生以上。
11月20日(木)～11月26日

△申込先・詳細
水プール(〒063-8025)西区体育館・温
TEL(662)2149
年(月日)、年齢、電話番号を明
記)を利用して直接来館。
はがきを持つて直接来館。
(希望教室、住所、氏名、生
年月日、年齢、電話番号を明
記)を利用して返信用の
はがきを持つて直接来館。

