

# 麻生スポーツセンター 2023年度 春の定期教室のご案内



応募締切 / 2023年2月19日(日)

## 《お申し込み方法》

下記①～③のいずれかの方法でお申し込みください。



### ①インターネットでのお申し込み

・麻生スポーツセンターホームページ「2023年春の定期教室募集」のネット申請ページよりお申し込みください。

※1申請につき1教室のお申し込みになります。

・抽選結果をメールでお知らせします。2月23日(木)頃結果通知予定。

### ②往復はがきでのお申し込み

・官製往復はがきに必要事項をご記入の上、麻生スポーツセンターあてにご郵送ください。2/19までに必着にてお願いいたします。

※1通で1教室のみお申し込みいただけます。2教室記入は無効となります。

※消えるボールペン(フリクション等)での記入は印刷の際に熱で消えますのでご使用にならないでください。

※申込み内容に記入漏れがあると受付できませんのでご注意ください。

・2月23日(木)頃返信はがき発送予定。

### ③受付で直接お申し込み ※受付での申込は今期で終了

・受付で配布する「定期教室申込書」に必要事項をご記入の上、ご提出ください。(本人または保護者直筆)

※当選された方へのご連絡はございません。

結果の連絡を希望される方は、①または②でお申し込みください。

※受付での直接のお申し込みは今期をもって終了いたします。

●定員を超えた教室は抽選となります。対象の教室は、館内掲示物ならびに施設ホームページでご案内いたします。

●市外の方もお申し込み可能ですが、市内在住・在勤・在学優先となります。

●受講料は事前に一括でのお支払いとなります。

トラブル回避の為、受講料のお支払いはご本人(お子様の教室の場合は保護者)が行ってください。

※ご入金後のキャンセルはお受けできません。また、欠席された場合の振替・返金はございません。予めご了承ください。

【往復はがき 記入例】

《往信 表》                      《返信 裏》

215-0021 川崎市麻生区上麻生3-6-1 麻生スポーツセンター 宛	※こちらには記入 しないでください
--	----------------------

《返信 表》                      《往信 裏》

応募者 (参加者)の 住所・氏名	①教室NO・教室名 ②氏名・フリガナ ③性別・年齢・生年月日 ※幼児・小中高校生は 学年記入 ④郵便番号・住所 ⑤電話番号 ⑥市外の方は 在勤・在学の有無
------------------------	---

## 《お申し込み後の注意事項》

※お申し込み後、抽選結果の通知前にキャンセルされる場合は、必ずご連絡をお願いいたします。

※一次募集で当選された方は、2月24日(金)～3月12日(日)20時45分までに窓口にてお支払いをお願いいたします。

※上記期間中にお支払いが確認できない場合は、キャンセル扱いになりますので予めご了承ください。

※連絡なしでキャンセルされた場合、以降の教室への参加をお断りする場合がありますのでご注意ください。

※諸般の事情により一部の受講料を変更させて頂いております。何卒ご理解のほどお願い申し上げます。

## 《教室参加にあたっての注意事項》

※新型コロナウイルス感染予防及び拡大防止の為、必ずご自宅で検温をしてご参加ください。体調が優れない場合は無理をしないようお願いいたします。

※ご来館時には必ずマスクの着用をお願いします。

※教室内でのマスク着用は講師の指示に従っていただきます様お願いいたします。

※こまめな手洗い、うがい、手指消毒を実施ください。

※大声での会話や過度なスキンシップはおやめください。



# 1.子ども向け教室

## 【親子げんき体操】

ママと一緒に楽しく遊びながら体操します。手遊びやリズム遊び、ジャンプやマットで自分の体をコントロールする力を養います。ママたちの情報交換の場にも最適です。

持ち物:動きやすい服装(胸の所に名前をつけて下さい)/タオル/フタ付き飲み物



教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
1	親子げんき体操	金	10:50 - 11:30	7,14,21,28	12,19,26	2,9,16,23,30	12	14,520	2021.10月生(1歳半)~ 2020.4月生(3歳)	10	子ども体育室	杉田 茂子

## 【リトミック】 NEW!!

身体を動かしながらリズム・拍子・音階・読符など音楽の基礎を習得し、お友達と音楽を通して協調性や自己表現を学びます。身体全体でリズムに乗って楽しみましょう。

持ち物:動きやすい服装(胸の所に名前をつけて下さい)/室内シューズ/フタ付き飲み物/汗拭きタオル/不織布マスク着用



教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
2	リトミック	月	16:00 - 16:45	10,17	8,15,29	5,12,19	8	9,680	新年中・新年長と保護者	5	研修室	松永 久美子

## 【チャアリーディング】

チャアリーディングの基礎(ダンス・モーション・演技)とあいさつ・笑顔もできるように学びましょう。教室の最終回には発表会を行います。ポンポン(購入が必要です)を持って、かわいく元気に踊りましょう!

持ち物:動きやすい服装(胸の所に名前をつけて下さい)/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物\*ポンポンをご用意下さい。(受付にて販売¥1,100)

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
3	チャアリーディング①	火	16:30 - 17:15	11,18,25	9,16,23,30	6,13,20,27	11	7,920	新年中・新年長	30	小体育室	江口真代
4	チャアリーディング②	火	17:25 - 18:15	11,18,25	9,16,23,30	6,13,20,27	11	8,250	新小学1~6年生	30	小体育室	江口真代

## 【はじめてのヒップホップ】

ヒップホップの基本動作から始めますので、はじめてのお子さんもお気軽にご参加いただけます。ダンスを通じて身体を動かす楽しさを感じ、柔軟性や表現する楽しさを身につけます。

持ち物:動きやすい服装(胸の所に名前をつけて下さい)/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
5	はじめてのヒップホップ①	木	16:45 - 17:45	6,13,20,27	11,18,25	1,8,15,22,29	12	8,640	新小学1~3年生	16	研修室	津田ゆず香
6	はじめてのヒップホップ②	木	17:55 - 18:55	6,13,20,27	11,18,25	1,8,15,22,29	12	8,640	新小学4~6年生	16	研修室	津田ゆず香

## 【新体操】

手具を使って基本操作に慣れ、美しくリズムカルな動きで、個性豊かに表現します。身体の正しい動かし方や柔軟性を身につけます。

持ち物:動きやすい服装(胸の所に名前をつけて下さい)/タオル/フタ付き飲み物



教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
7	新体操①	月	15:20 - 16:05	10,17	1,8,15,29	5,12,19	9	8,370	新年中・新年長 女児	20	小体育室	カワイ体育教室
8	新体操②	月	16:15 - 17:15	10,17	1,8,15,29	5,12,19	9	8,370	新小学1~6年生 女児	20	小体育室	カワイ体育教室
9	新体操③ (経験者)	月	17:25 - 18:25	10,17	1,8,15,29	5,12,19	9	8,370	新小学2~6年生 女児	20	小体育室	カワイ体育教室

\* 新体操③ 経験者クラスのみ手具の購入をお願いします。詳しくは講師にお尋ねください。(4・5・6月はリボン)

## 【器械体操】

マット、とび箱、鉄棒を使用し基礎運動からスタートします。少しずつレベルを上げていき、いろいろな技にチャレンジしましょう!運動が苦手なお子様にも丁寧に指導致します。

持ち物:動きやすい服装(胸の所に名前をつけて下さい)/タオル/フタ付き飲み物

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
10	器械体操①	金	15:45 - 16:35	7,14,21,28	12,19,26	2,9,16,23,30	12	7,680	新年中・新年長	30	小体育室	高橋・丹羽
11	器械体操② (未経験・初心者)	金	16:45 - 17:35	7,14,21,28	12,19,26	2,9,16,23,30	12	7,680	新年長・新小学1・2年生 (未経験・初心者)	30	小体育室	高橋・丹羽
12	器械体操③ (経験者)	金	17:45 - 18:35	7,14,21,28	12,19,26	2,9,16,23,30	12	7,680	新小学1・2年生 (経験者)	30	小体育室	高橋・丹羽
13	器械体操④	土	14:10 - 15:00	1,8	13,20	10,17	6	3,840	新小学3~6年生	30	小体育室	高橋・丹羽



## 【ボールで遊ぼう】

瞬発力や判断力を養うために、「なげる・とる・つく・ける」などボールを使った様々な動きを遊びのなかで楽しく行います。

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
14	ボールで遊ぼう①	木	15:30 - 16:15	6,13,20,27	18,25	1,8,15,22,29	11	10,780	新年中・新年長	20	大体育室	岩屋 睦子
15	ボールで遊ぼう②	木	16:25 - 17:25	6,13,20,27	18,25	1,8,15,22,29	11	10,780	新小学1~3年生	20	大体育室	岩屋 睦子

# 1.子ども向け教室

## 【たのしい！運動の素！！】

学校では教えてくれない運動の大切さ、身体の使い方を遊びながら楽しく学ぶクラスです。アタマとカラダをおもいきり動かそう！

持ち物:動きやすい服装(胸の所に名前をつけて下さい)/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
16	たのしい！運動の素！！	水	16:45 - 17:45	5,12,19,26	10,17,24,31	7,14,21,28	12	13,200	新小学1～4年生	20	小体育室	北村、四木

## 【元トップリーグ選手によるジュニアバレーボール】

初めてのお子様から経験者まで自身のレベルに合わせてご参加ください。各自、上達目標設定を行い、課題をクリアする力をつけていきます。

持ち物:動きやすい服装(胸の所に名前をつけて下さい)/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物 サポーター(肘・膝)

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
17	元トップリーグ選手によるジュニアバレーボール	木	17:45 - 18:45	6,13,20,27	11,18,25	1,8,15,22,29	12	11,760	新小学1～6年生	24	大体育室	小谷、本島

## 【はじめての剣道】

剣道の礼儀作法、立振る舞い、竹刀の持ち方など基礎から始める初心者向け教室です。

持ち物:(お持ちの方は)道着/袴/日本手ぬぐい/タオル/フタ付き飲み物 ※竹刀(鐙・鍔止め)をご用意下さい

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
18	はじめての剣道	木	17:00 - 18:00	6,13,20,27	11,18,25	1,8,15,22,29	12	7,680	新小学1～6年生	15	第一武道室	藤川 芳生

※ はじめての剣道 竹刀(鐙・鍔止め)をお持ちでない方はご用意ください。

# 2.一般向け教室

## 【ワンランクUPバレーボール】

元トップリーグ選手による中学生以上の定期教室です。個別指導はもちろん、ゲームの組み立て方法やチームプレーなど定期教室でしかできないメニューをご用意しています。

持ち物:動きやすい服装/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物/サポーター(肘・膝)

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
19	ワンランクUPバレーボール	木	19:00 - 20:10	6,13,20,27	11,18,25	1,8,15,22,29	12	12,000	男性:新中学1～3年生 女性:新中学1年生以上	18	大体育室	小谷、本島

## 【体幹バランス運動】

運動にも慣れてきて、もう少しレベルアップさせたい方にお勧めです。色々なスポーツの補強トレーニングにも役立ちます。

持ち物:動きやすい服装/室内シューズ/タオル

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
20	体幹バランス運動	水	14:15 - 15:15	5,12,19,26	10,17,24,31	7,14,21,28	12	11,160	18歳以上	10	研修室	北村 貴広

## 【かんたん体操&ストレッチ】

運動を始めたい、最近体が重く感じるという方におすすめです。自身の身体と向き合い、柔軟性・筋力アップして基礎体力を上げましょう。

持ち物:動きやすい服装/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
21	かんたん体操&ストレッチ	水	15:30 - 16:30	5,12,19,26	10,17,24,31	7,14,21,28	12	7,680	18歳以上	40	小体育室	四木、北村

## 【骨盤体操】

簡単な運動やストレッチで骨盤を正しい位置に調整していきましょう。腰痛や冷え性の方にもおすすめです。

持ち物:動きやすい服装/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
22	骨盤体操	月	11:00 - 12:00	3,10,17	1,8,15,29	5,12,19	10	6,400	18歳以上	50	小体育室	杉田 茂子

## 【リフレッシュエクササイズ】

ゆったりとしたストレッチと簡単な筋トレを行います。軽く身体を動かして週の始めをスタートしませんか？

持ち物:動きやすい服装/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物/浴用タオル(75cm×30cm程のもの)/バスタオル

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
23	リフレッシュエクササイズ	月	9:40 - 10:30	3,10,17	1,8,15,29	5,12,19	10	6,400	18歳以上	40	小体育室	咲霧

## 【カーディオエクササイズ】

エアロビクスの基本的な動作を組み合わせて楽しく有酸素運動や筋トレを行います。頭も身体も動かしましょう。

持ち物:動きやすい服装/室内シューズ/タオル

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
24	カーディオエクササイズ	金	10:50 - 11:40	7,14,28	12,26	2,9,23,30	9	5,760	18歳以上初めて・初心者	40	大体育室	咲霧

## 2.一般向け教室

### 【快活サークル】

20秒間動き続け10秒間休む「タバタ式トレーニング」をベースに脂肪燃焼・体力アップをしていきましょう！簡単な動きですが効きます！！

持ち物:動きやすい服装/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
25	快活サークル	火	12:30 - 13:30	4,11,18,25	2,9,16,23,30	6,13,20,27	13	12,870	18歳以上	10	子ども体育室	北村 貴広

### 【太極拳入門】

中国の伝統武術として発展継承されてきた太極拳。動きは無理なく自然で、ストレス発散を促進させ、肩こり・腰痛の方にもおすすめです。

持ち物:動きやすい服装/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
26	太極拳入門	火	10:40 - 11:45	11,18,25	9,16,23,30	6,13,20,27	11	7,040	18歳以上初心者向け	50	大体育室	上岡 俊子

### 【フラダンス】

基本動作から始めて最終回までには1曲踊れるようになります。全身運動で、シェイプアップ効果も期待できます。

持ち物:フラダンス用のパウスカート、またはひざ丈のフレアスカート



教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
27	フラダンス (少し慣れた方向け)	水	9:10 - 10:10	12,19,26	10,17,24,31	7,14,21,28	11	7,040	18歳以上 (経験のある方)	30	小体育室	加藤 理恵
28	はじめてのフラダンス	水	10:30 - 11:30	12,19,26	10,17,24,31	7,14,21,28	11	7,040	18歳以上 (初心者向け)	30	小体育室	加藤 理恵

### 【心と体のONとOFF】

軽い運動で交感神経をオン！体を温め血行が良くなったらゆっくりとリラックスすることでオフ。心と体をほぐしていきましょう。

持ち物:動きやすい服装/運動シューズ/タオル/フタ付き飲み物

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
29	心と体のONとOFF	火	13:45 - 14:45	4,11,18,25	2,9,16,23,30	6,13,20,27	13	12,870	18歳以上	10	子ども体育室	北村 貴広

### 【声楽&ストレッチ】 **NEW!!**

正しい姿勢で元気良く歌い、健康的な身体作りに役立てましょう。楽譜が読めない方も大歓迎です。※カラオケ教室ではございません。

持ち物:室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物/筆記用具/(必要な方)メガネ

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
30	声楽&ストレッチ	水	10:00 - 10:50	12,19,26	17,24,31	7,14,21,28	10	12,100	18歳以上	10	研修室	松永 久美子

## 3.女性向け教室

### 【ビューティーコンディショニング】

体幹トレーニングやタオルなどを使用したセルフマッサージで、関節の可動域を広げたり、歪みやコリを取り除き全身の調整を行います。

持ち物:動きやすい服装/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物/浴用タオル(75cm×30cm程のもの)

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
休	ビューティー コンディショニング入門		-	休					講			
休	ビューティー コンディショニング中級		-	休					講			
33	ビューティー コンディショニング初級	木	9:30 - 10:30	6,13,20,27	11,18,25	1,8,15,22,29	12	14,520	18歳以上女性限定	12	研修室	MAYUMI
34	ビューティー コンディショニング初級	木	10:50 - 11:50	6,13,20,27	11,18,25	1,8,15,22,29	12	14,520	18歳以上女性限定	12	研修室	MAYUMI
35	ビューティー コンディショニング中級	木	13:00 - 14:30	6,13,20,27	11,18,25	1,8,15,22,29	12	24,960	18歳以上女性限定	6	子ども体育室	MAYUMI

### 【ファンクショナル ローラー ピラティス】

ローラー(円柱状の道具)を使って、身体のほぐしと体幹エクササイズを行います。

持ち物:動きやすい服装/タオル/フタ付き飲み物/バスタオル



教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
36	ファンクショナル ローラー ピラティス(初級)	金	9:45 - 10:35	7,14,21,28	12,19,26	2,9,16,23,30	12	14,520	18歳以上女性限定	10	子ども体育室	咲霧

### 【からだリセットピラティス】

からだへの気づきを促し、姿勢改善、ケガ予防、自律神経を整えます。

持ち物:動きやすい服装/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物



教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
37	からだリセットピラティス①	水	10:00 - 10:50	5,12,19,26	10,17,24,31	7,14,21,28	12	14,520	18歳以上	8	子ども体育室	豊福 美幸
38	からだリセットピラティス②	水	11:10 - 12:00	5,12,19,26	10,17,24,31	7,14,21,28	12	14,520	18歳以上	8	子ども体育室	豊福 美幸

### 3.女性向け教室

#### 【大人のバレエエクササイズ】

バレエの要素を取り入れた動きを基にしなやかな身体作りを目指します。

持ち物:動きやすい服装/室内シューズ/タオル/(お持ちの方は)バレエシューズ、または靴下

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
39	大人のバレエエクササイズ	金	16:30 - 17:30	7,14,21,28	12,19,26	2,9,16,23,30	12	11,160	18歳以上女性限定	8	研修室	津田 ゆず香

#### 【ガールズヒップホップ】

ダンス未経験、ダイエット目的や運動不足の方大歓迎！ボディウェーブや胸、ヒップやウエストがポイントとなる動きを取り入れているので引き締まった身体づくりにも最適。

持ち物:動きやすい服装/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物



教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
40	ガールズヒップホップ	木	19:00 - 20:00	6,13,20,27	11,18,25	1,8,15,22,29	12	8,640	中学生以上女性限定	10	研修室	津田 ゆず香

### 4.シニア向け教室

#### 【らくらくエアロ】

軽快な音楽または、懐かしい曲に合わせて無理なく誰にでも楽しめるシニア向けのエアロビクス教室です。

持ち物:動きやすい服装/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物



教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
41	らくらくエアロ	水	14:10 - 15:10	5,19,26	10,24,31	7,21,28	9	5,760	65歳以上初心者	30	小体育室	ダイヤビックひばり会

#### 【生き生き体操】

いつまでも生き生きとした毎日を過ごすための筋力トレーニング・柔軟体操・ウォーキング等を中心に行います。強度を調整できるので初心者でもご参加頂けます。

持ち物:動きやすい服装/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
42	生き生き体操①	月	13:00 - 13:50	3,10,17	1,8,15,29	5,12,19	10	6,400	65歳以上	40	小体育室	清水 徳恵
43	生き生き体操②	月	14:00 - 14:50	3,10,17	1,8,15,29	5,12,19	10	6,400	65歳以上	40	小体育室	清水 徳恵

#### 【いす掛け筋トレ運動】

いすに座って、時には立って、椅子を利用して運動やストレッチを行うクラスです。運動初心者の方でも安心してご参加ください。

持ち物:動きやすい服装/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物



教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
44	いす掛け筋トレ運動	水	13:00 - 14:00	5,12,19,26	10,17,24,31	7,14,21,28	12	11,160	60歳以上要介護者除く	10	研修室	北村 貴広

#### 【シニアヨガ】

自分の四肢で体重をささえる事を目標にして取り組むことで、健康寿命を延ばします。膝痛・腰痛・肩こり等に対応しながら丁寧に進めていきます。

持ち物:動きやすい服装/室内シューズ/タオル/フタ付き飲み物

教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
45	シニアヨガ①	月	11:45 - 12:45	3,10,17	1,8,15,29	5,12,19	10	11,700	65歳以上	8	子ども体育室	衣川 里佳
46	シニアヨガ②	月	13:00 - 14:00	3,10,17	1,8,15,29	5,12,19	10	11,700	65歳以上	8	子ども体育室	衣川 里佳

#### 【ポールウォーキング】

専用ポールを持って歩くことで正しい姿勢のまま歩幅を広げバランスよく歩けるようになります。短時間で運動効果もアップし、体幹筋群の強化にもつながります。

持ち物:動きやすい服装/運動シューズ/タオル/フタ付き飲み物/手袋/リュックサック ※カッコ内は雨天時の予備日です。



教室NO	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
47	ポールウォーキング	火	10:00 - 11:30	4,11(18,25)	9,16(23,30)	6,13(20,27)	6	6,240	60歳以上初めて・初心者	15	屋外	梨子本 洋子

## 二次募集のご案内

- 《募集期間》 2023年3月14日(火)～3月20日(月)
- 《対象クラス》 二次募集対象クラスは、ホームページでお知らせいたします。
- 《お申込み方法》 別途ご案内いたします。





# 川崎ブレイブサンダース バasketボールスクール



	教室名	曜日	時間	4月	5月	6月	回数	受講料	対象年齢	定員	会場	講師
	フラッシュ	月	15:20 - 16:20	3,10,17 25(火)	1,8,15,29	5,12,19 27(火)	各月 4回	一ヶ月 6,600円	4歳~新小学1年生	30	大体育室	川崎ブレイブサンダース
	ライトニング	月	16:20 - 17:20	3,10,17 25(火)	1,8,15,29	5,12,19 27(火)	各月 4回	一ヶ月 6,600円	新小学2年生~	30	大体育室	川崎ブレイブサンダース
	イナズマ	月	17:20 - 18:20	3,10,17 25(火)	1,8,15,29	5,12,19 27(火)	各月 4回	一ヶ月 6,600円	新小学5年生~	30	大体育室	川崎ブレイブサンダース

## ◆お申込み方法◆

・インターネットまたは窓口よりお申込みください。

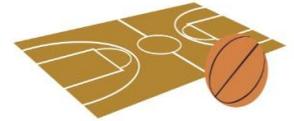
## ◆受講について◆

- ・運動に適した服装、室内シューズ、タオル、ふた付の飲み物、マスクをご用意ください。
- ・ボールを持っている方はお持ちいただいて構いません。
- ・着替えは、1階更衣室をご利用頂けます。コインロッカーのご利用は100円硬貨が必要ですが、使用後に戻ります。
- ・貴重品の管理は各自でお願いいたします。(貴重品ロッカーもございます)
- ・ロビーや更衣室は混み合いますので、お子様の行動に十分ご注意ください。



## ◆受講料お支払い、欠席、終了手続きについて◆

- ・受講料は、**前月の教室最終日までに受付にてお支払い**ください。
- ・欠席される場合は、麻生スポーツセンター(044-951-1234)までご連絡ください。  
なお、欠席分の振替および受講料の払い戻しはございません。
- ・受講を終了される場合は、**終了を希望される月の16日までに受付にて終了手続き**をお願いいたします。  
(例:6月で終了したい場合 ⇒ 6月16日までに手続き)



※急遽、休講となる場合は麻生スポーツセンターホームページにてお知らせいたします。

## ニュースポーツ教室

- 【開催日時】 毎月第2土曜日 10:00~12:00
- 【場 所】 小体育室
- 【参加対象】 どなたでも参加いただけます。
- 【持ち物】 動きやすい服装、室内シューズ、フタ付き飲み物
- 【参加費】 無料



ニュースポーツってなに？  
ボッチャ、カローリング、ドッジビーなど、年齢や障害の有無を問わず、誰でも楽しめるスポーツです。  
お気軽にご参加ください。

川崎市麻生スポーツセンター  
〒215-0021 川崎市麻生区上麻生3-6-1

休館日: 毎月第4月曜日、年末年始  
TEL/044-951-1234