麻生スポーツセンター　2023年度　冬の定期教室のご案内

往復はがき申込　2023年11月24日(金)必着
インターネット申込　2023年11月26日(日)締切

≪お申込み方法≫

下記①②のいずれかの方法でお申込みください。

①インターネットでのお申込み　　【受付開始】2023年11月12日(日)10:00～

▸麻生スポーツセンターホームページ ＞2023年度冬の定期教室募集 のネット申請ページよりお申込みください。

申込期限　／　11月26日(日)23:59

※1申請につき1教室のお申込みになります。

▸抽選結果は、11月29日(水)頃にメールでお知らせします。

②往復はがきでのお申込み

▸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お送りください。 11月24日(金)必着

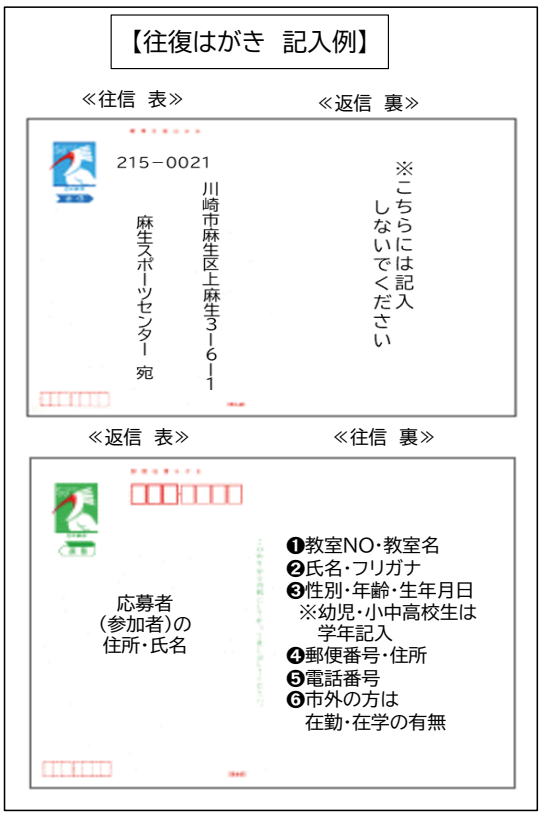
※1通で1教室のみお申込みいただけます。複数教室記入は無効となります。

※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。

※申込み内容に不備がある場合、受付できませんのでご注意下さい。

▸抽選結果は、11月30日(木)頃、返信はがきを発送予定です。

【往復はがき　記入例】



≪注意事項≫

以下の注意事項を必ずご確認の上、お申し込みください。

▸お申込み後、抽選結果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。

▸定員を超えた教室は抽選となります。※市内在住・在勤・在学優先
対象の教室は、館内掲示物および施設ホームページでご案内いたします。

▸受講料は、事前に一括でのお支払いとなります。また、トラブル回避のため、お支払いはご本人または保護者が行ってください。
お支払いは、受付窓口にて承ります。　　＜お支払期間＞12月2日(土)～12月17日(日)20時30分まで
上記期間中にお支払いが確認できない場合は、キャンセル扱いとさせていただきます。

▸連絡なくキャンセルされた場合、次回以降の教室への参加をお断りする場合があります。

▸一度納入された受講料の返金はいたしません。

▸欠席された場合の振替・返金や途中で中止される場合の返金はございません。

▸欠席される際は麻生スポーツセンターまでご連絡ください。

▸教室中での事故、盗難等が発生した場合、当施設の過失がない限り責任は負いかねます。予めご了承ください。

▸申込み人数が少ない場合は開講しない場合がございます。

≪個人情報の取り扱いについて≫

▸教室参加にあたりご提出いただいた個人情報は教室運営の目的以外には使用いたしません。

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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
1	親子げんき体操	月	9:50 - 10:30	15,29	5,19	4,11,18	7	8,470	2022.7月生(1歳半)～2021.2月生(2歳11ヶ月)	10	子ども体育室	杉田 茂子

【親子わんぱく体操】

のびのび、元気に自由に!!マットやボール、全身を使って行動体力を育みます。お友達、ママと一緒に音楽に合わせて楽しく動きましょう。

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

教室NO	教室名	曜日	時間	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
2	親子わんぱく体操	金	10:50 - 11:35	5,12,19,26	2,9,16	1,8,15,22,29	12	14,520	2021.7月生(2歳半)～2020.2月生(3歳11ヶ月)	10	子ども体育室	杉田 茂子

【リトミック】

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。身体全身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

教室NO	教室名	曜日	時間	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
3	リトミック	月	16:00 - 16:45	15,29	5,19	4,11,18	7	8,470	年中・年長と保護者	5	研修室	松永 久美子

【チアリーディング】

チ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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
4	チアリーディング①	火	16:30 - 17:15	9,16,23,30	6,13,20,27	5,12,19	11	7,920	年中・年長	30	小体育室	小倉 真代
5	チアリーディング②	火	17:25 - 18:15	9,16,23,30	6,13,20,27	5,12,19	11	8,250	小学1～6年生	30	小体育室	小倉 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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
6	はじめてのヒップホップ①	木	16:45 - 17:45	11,18,25	1,8,15,22,29	7,14,21,28	12	8,640	小学1～3年生	16	研修室	津田 ゆず香
7	はじめてのヒップホップ②	木	17:55 - 18:55	11,18,25	1,8,15,22,29	7,14,21,28	12	8,640	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、美しくリズミカルな動きで、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。(1月～3月はロープ)

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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
8	新体操①	月	15:20 - 16:05	15,29	5,19	4,11,18	7	6,510	年中・年長 女児	20	小体育室	カワイ体育教室
9	新体操②	月	16:15 - 17:15	15,29	5,19	4,11,18	7	6,510	小学1～6年生 女児	20	小体育室	カワイ体育教室
10	新体操③ (経験者)	月	17:25 - 18:25	15,29	5,19	4,11,18	7	6,510	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。

【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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
11	器械体操①	金	15:45 - 16:35	12,19,26	2,9,16	1,8,15,22	10	6,400	年中・年長	30	小体育室	高橋、丹羽
12	器械体操② (未経験・初心者)	金	16:45 - 17:35	12,19,26	2,9,16	1,8,15,22	10	6,400	年長・小学1・2年生 (未経験・初心者)	30	小体育室	高橋、丹羽
13	器械体操③ (経験者)	金	17:45 - 18:35	12,19,26	2,9,16	1,8,15,22	10	6,400	小学1・2年生 (経験者)	30	小体育室	高橋、丹羽
14	器械体操④	土	14:10 - 15:00	27	10,17	2,16,23	6	3,840	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。

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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
15	ボールで遊ぼう①	木	15:30 - 16:15	11,18,25	1,15,22,29	7,14,21,28	11	10,780	年中・年長	20	大体育室	岩屋 睦子
16	ボールで遊ぼう②	木	16:25 - 17:25	11,18,25	1,15,22,29	7,14,21,28	11	10,780	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！！】

学校では教えてもらえない運動の大切さ、身体の使い方を、遊びながら楽しく学ぶクラスです。アタマとカラダを思いきり動かそう！

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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
17	たのしい！運動の素！！	水	16:45 - 17:45	10,17,24,31	7,14,21,28	6,13,27	11	12,100	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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
18	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	11,18,25	1,8,15,22,29	7,14,21,28	12	11,760	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(鍔・鍔止め)をご用意下さい

教室NO	教室名	曜日	時間	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
19	はじめての剣道	木	17:00 - 18:00	11,18,25	1,8,15,22,29	7,14,21,28	12	7,680	小学1～6年生	15	第一武道室	藤川 芳生

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バレーボール教室です。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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
20	ワンランクUP バレーボール	木	19:00 - 20:10	11,18,25	1,8,15,22,29	7,14,21,28	12	12,000	男性:中学1～3年生 女性:中学1年生以上	18	大体育室	小谷、本島

【バウンドテニス】 期間限定！

人工芝で行うミニテニスです。テニス経験がある方はもちろん、初めての方でもラケットの持ち方から丁寧に指導しますので安心です。男女問わず、幅広い年齢層で参加できる生涯スポーツです。

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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
21	バウンドテニス	木	12:30 - 14:30	11,18,25	1,8,15,22,29	7,14,21	11	11,000	18歳以上	18	大体育室	川崎市 バウンドテニス協会

【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/フタ付き飲み物

教室NO	教室名	曜日	時間	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
22	体幹バランス	水	14:10 - 15:10	10,17,24,31	7,14,21,28	6,13,27	11	11,000	18歳以上	12	研修室	北村　貴広

【かんたん体操&ストレッチ】

運動を始めてみたい、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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
23	かんたん体操&ストレッチ	水	15:30 - 16:30	10,17,24,31	7,14,21,28	6,13,27	11	7,040	18歳以上	45	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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
24	骨盤体操	月	11:00 - 12:00	15,29	5,19	4,11,18	7	4,480	18歳以上	55	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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
25	リフレッシュエクササイズ	月	9:40 - 10:30	15,29	5,19	4,11,18	7	4,480	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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
26	カーディオエクササイズ	金	10:50 - 11:40	5,12,26	2,9	1,15,22,29	9	5,760	18歳以上 初心者向け	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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
27	快活サークル	火	13:00 - 14:00	9,16,23,30	6,13,20,27	5,12,19	11	10,890	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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
28	太極拳入門	火	10:40 - 11:45	9,16,23	6,13,20,27	5,12,19	10	6,400	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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
29	フラダンス （少し慣れた方向け）	水	9:10 - 10:10	10,17,24,31	7,14,21,28	6,13	10	6,400	18歳以上 （経験のある方）	32	小体育室	加藤 理恵
30	はじめてのフラダンス	水	10:30 - 11:30	10,17,24,31	7,14,21,28	6,13	10	6,400	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/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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
31	心と体のONとOFF	火	14:15 - 15:15	9,16,23,30	6,13,20,27	5,12,19	11	10,890	18歳以上	10	子ども体育室	北村 貴広

【声楽&ストレッチ】

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

教室NO	教室名	曜日	時間	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
32	声楽&ストレッチ	水	10:00 - 10:50	10,17,24,31	7,14,21,28	6,13,27	11	13,310	18歳以上	10	研修室	松永 久美子

3.女性向け教室

【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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
33	ファンクショナル ローラー ピラティス（初級）	金	9:45 - 10:35	5,12,19,26	2,9,16	1,8,15,22,29	12	14,520	18歳以上	11	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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
34	からだリセットピラティス①	水	10:00 - 10:50	10,17,24,31	7,14,21,28	6,13,27	11	13,310	18歳以上	10	子ども体育室	豊福 美幸
35	からだリセットピラティス②	水	11:10 - 12:00	10,17,24,31	7,14,21,28	6,13,27	11	13,310	18歳以上	10	子ども体育室	豊福 美幸

【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/靴下または、お持ちの方はバレエシューズ

教室NO	教室名	曜日	時間	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
36	大人のバレエエクササイズ	金	16:30 - 17:30	5,12,19,26	2,9,16	1,8,15,22,29	12	11,160	18歳以上	12	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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
37	ガールズヒップホップ	木	19:00 - 20:00	11,18,25	1,8,15,22,29	7,14,21,28	12	8,640	中学生以上	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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
38	らくらくエアロ	水	14:15 - 15:15	10,17,24,31	7,14,21,28	6,13,27	11	7,040	65歳以上 初心者	30	小体育室	ダイヤビックひばり会

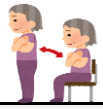
【生き生き体操】

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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
39	生き生き体操①	月	12:50 - 13:50	15,29	5,19	4,11,18	7	5,390	65歳以上	45	小体育室	清水 徳恵
40	生き生き体操②	月	14:00 - 15:00	15,29	5,19	4,11,18	7	5,390	65歳以上	45	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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
41	いす掛け筋トレ運動	水	13:00 - 14:00	10,17,24,31	7,14,21,28	6,13,27	11	10,230	60歳以上 要介護者除く	12	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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
42	シニアヨガ①	月	11:45 - 12:45	15,29	5,19	4,11,18	7	8,190	65歳以上	10	子ども体育室	衣川 里佳
43	シニアヨガ②	月	13:00 - 14:00	15,29	5,19	4,11,18	7	8,190	65歳以上	10	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で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	1月	2月	3月	回数	受講料	対象	定員	会場	講師
44	ポールウォーキング	火	10:00 - 11:30	9,16 (23,30)	6,13 (20,27)	5,12 (19,22)	6	6,240	60歳以上 初めて・初心者	15	屋外	梨子本 洋子

追加募集のご案内

≪募集期間≫ 2023年12月20日(水)～

≪対象クラス≫ 追加募集対象クラスは、ホームページでお知らせいたします。

≪お申込み方法≫ 窓口のみの受付となります。
詳細は、別途ホームページ等でお知らせいたします。

川崎ブレイブサンダース　バスケットボールスクール

	教室名	曜日	時間	回数	受講料	対象年齢	定員	会場	講師
	フラッシュ	月または火	15:20 - 16:20	月4回	月額6,600円	4歳～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	月または火	16:20 - 17:20	月4回	月額6,600円	小学2年生～	定員の為募集停止中	大体育室	川崎ブレイブサンダース
	イナズマ	月または火	17:20 - 18:20	月4回	月額6,600円	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◆

▸1階受付にて手続きをお願いいたします。

◆受講について◆

▸運動に適した服装、室内シューズ、タオル、フタ付きの飲み物をご用意ください。ボール持参可。
▸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をお願いいたします。

◆各種手続きについて◆

▸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。
▸月単位でお休みされる場合は、**休講を希望される月の前月最終練習日までに、受付にて手続きをお願いいたします。**※電話不可
なお、その月の練習に一度でも参加された場合は、休講できませんので、ご注意ください。
※休講料　1ヶ月1,100円　　連続休講は2ヶ月まで
(例)2月を休講したい場合　⇒　1月23日までに手続き
▸受講を終了される場合は、**終了を希望される月の15日までに受付にて終了手続きをお願いいたします。**※電話不可
(例)3月で終了したい場合　⇒　3月15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。

◆日程表◆　※月跨ぎの練習日があります。ご注意ください。※4月より火曜日の開催となります。詳しくは年間スケジュールをご確認ください。

月度	1回目	2回目	3回目	4回目
2023年12月分	11月28日(火)	4日(月)	11日(月)	18日(月)
2024年　1月分	12月26日(火)	9日(火)	15日(月)	23日(火)
2024年　2月分	1月29日(月)	5日(月)	13日(火)	19日(月)
2024年　3月分	2月27日(火)	4日(月)	11日(月)	18日(月)
2024年　4月分	2日(火)	9日(火)	16日(火)	23日(火)
2024年　5月分	7日(火)	14日(火)	21日(火)	28日(火)

ニュースポーツ教室

【開催日時】　12月9日(土)・2月10日(土)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　　**休館日:毎月第4月曜日、3月・8月第4火曜日、年末年始**
〒215-0021 川崎市麻生区上麻生3－6－1　☎044-951-1234