

# 【稲城市総合体育館】令和6年度 <5月スタート> スポーツ教室

曜日	種目	日程	対象	回数	時間	場所	定員	参加料(税込)
木	初級バドミントン教室 【担当】 稲城市バドミントン連盟	5/16・5/23・5/30・6/6・6/13・ 6/20・6/27・7/4・7/11・7/18	16歳以上 初心者～	10回	9:30～ 11:30	メイン アリーナ	40人	8,000円
	初心者～3年未満レベルの方を対象にしています。体を動かしたい、健康になりたい、ラケットスポーツを楽しみたい！ そんな思いのある方、シニアのリピーターの方々、是非バドミントンをやりましょう！							
土	初級弓道教室 【担当】 稲城市弓道連盟	5/11・5/18・5/25・6/1・6/8・ 6/15・6/22・6/29・7/6・7/13	16歳以上 初心者～	10回	19:00～ 21:00	弓道場	15人	8,000円
	1度も弓道経験がない、経験があってもblankがある方も大歓迎!! 弓道は順を追った稽古が必要なため、 休まず来られる方を歓迎します。また、弓道の特性上、実技指導の際に腕や指に触れることをご了承ください。							
水	ベーシック エアロピクス教室 【担当】 松本 しのぶ	5/8・5/22・6/12・6/26・7/10・ 7/24・8/14・8/28・9/11・9/25	16歳以上 初心者～	10回	10:00～ 10:50	ウェルネス アリーナ	50人	8,000円
	エアロピクス初めての方でも大丈夫! まずは基本のステップを練習し、慣れてきたら簡単なステップで コアを組んで10回の中で少しずつレベルをあげて展開していく教室となります。							
水	エンジョイ エアロピクス教室 【担当】 松本 しのぶ	5/8・5/22・6/12・6/26・7/10・ 7/24・8/14・8/28・9/11・9/25	16歳以上 初心者～	10回	11:10～ 12:00	ウェルネス アリーナ	50人	8,000円
	エアロピクス初めての方でも大丈夫! ベーシックエアロピクスよりも少し難しいステップを取り入れ、 1曲ずつの振付で完成させて行きます。曲に合わせた動きを楽しんでいく教室となります。							

## ■ 申込方法 ■

【応募期間】 2024年4月15日(月)～4月25日(木)まで ※必着

【開催期間】 2024年5月から全10回

【応募資格】 東京都稲城市 在住・在勤・在学の方

【応募方法】 往復はがきに①～⑤を記入の上、下記宛にご投函ください

※往復はがき1枚につき1教室の応募をお願いします

①氏名 ②郵便番号・住所 (在勤・在学の方は勤務先・学校名も明記)

③年齢 ④電話番号 ⑤希望教室名

〒206-0821 東京都稲城市長峰1-1 稲城中央公園総合体育館

【抽選結果】 2024年4月29日(月)～順次発送 (※定員オーバーの場合はこちらで抽選を行います。)

【支払期間】 2024年5月1日(水)～参加される初回レッスン開始時間の30分前まで

【支払方法】 稲城市総合体育館の受付窓口にてお支払いください (※現金のみ)

【問合せ先】 電話：042-331-7151 (稲城市総合体育館)

## ■主催 稲城市指定管理者■

みんなで彩る稲城のまち共同事業体 <代表企業：野村不動産ライフ&スポーツ株式会社>

### ※6月スタートのスポーツ教室について

- ・稲城市広報「ひろば」の5月15日号への掲載を予定しています。  
広報掲載のタイミングでHP、館内掲示もさせていただきます。

### ※新しいスポーツ教室開催について

- ・現在、様々なインストラクターの方とスケジュール調整をしています。  
開催は7月を予定しています。6月15日号の稲城市広報「ひろば」への掲載も予定しています。  
広報掲載のタイミングでHP、館内掲示もさせていただきます。