

## 令和7年度 春季スポーツ教室開催要項

教室名	対象	日 程										曜日	時間	場 所	定員	受講料
		4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16					
KIDSバントワリング	5歳～小学6年生	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	月	17:30～18:45	総合体育館多目的室2	30名	4,000円
なぎなた	小学1年生以上	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	月	19:00～20:30	三滝武道館剣道場	30名	4,000円
親と子のウェルネスリミック①	親と子(1歳～3歳)	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	火	9:30～10:15	総合体育館多目的室1	15組	8,000円
親と子のウェルネスリミック②	親と子(1歳～3歳)	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	火	10:30～11:15	総合体育館多目的室1	15組	8,000円
(桜)テニス(初級)初心者除く	16歳以上	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24				火	10:00～11:30	桜テニスコート	20名	4,900円
太極拳	16歳以上	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	火	10:00～12:00	三滝武道館剣道場	80名	4,000円
アーチェリー	小学3年生以上	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	火	18:30～20:30	霞ヶ浦体育館	30名	5,000円
アナトミック骨盤ヨガ	16歳以上	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	火	19:00～20:30	総合体育館多目的室1	50名	5,000円
ウォーキング&ストレッチ	16歳以上	4/9	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/28	6/18	6/25	7/2	水	9:30～11:00	中央陸上競技場	40名	4,000円
スロージョギング	16歳以上	4/9	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/28	6/18	6/25	7/2	水	11:00～12:30	中央陸上競技場	40名	4,000円
バランスボールエクササイズ	16歳以上の女性	4/9	4/16	4/23	5/7	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	水	13:15～14:15	総合体育館多目的室2	20名	5,000円
やさしいピラティス	16歳以上の女性	4/9	4/16	4/23	5/7	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	水	14:45～15:45	総合体育館多目的室2	50名	5,000円
(楠)マット運動	年中～小学2年生	4/9	4/16	4/23	5/7	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	水	15:15～16:00	楠体育館アリーナ	20名	4,000円
キッズチアダンス	4歳～6歳	4/9	4/16	4/23	5/7	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	水	16:00～16:45	総合体育館多目的室2	30名	4,000円
ジュニアチアダンス	小学1年生～6年生	4/9	4/16	4/23	5/7	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	水	17:00～17:45	総合体育館多目的室2	30名	4,000円
ストレッチ&コアトレーニング	16歳以上の男性	4/9	4/16	4/23	5/7	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	水	19:00～20:00	総合体育館多目的室2	40名	5,000円
バドミントン	16歳以上	4/10	4/17	4/24	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/19	6/26	木	9:30～11:30	総合体育館アリーナ	40名	5,000円
卓球	16歳以上	4/10	4/17	4/24	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/19	6/26	木	9:30～11:30	総合体育館アリーナ	60名	5,000円
武術太極拳	16歳以上	4/10	4/17	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	木	19:00～20:30	総合体育館多目的室2	40名	5,000円
ラグビー	小学4年生～中学3年生	4/10	4/17	4/24	5/1	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	木	19:00～21:00	中央フットボール場Cフィールド	30名	4,000円
骨盤エクササイズ&ウェーブリング	16歳以上の女性	4/10	4/17	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	木	19:30～20:30	総合体育館多目的室1	60名	5,000円
プア レファ(フラダンス)	16歳以上	4/11	4/18	4/25	5/9	5/16	5/23	5/30	6/13	6/27	7/11	金	10:00～11:30	総合体育館多目的室1	50名	5,000円
スローエアロビック	65歳以上	4/11	4/18	4/25	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	金	10:30～11:30	総合体育館多目的室2	40名	5,000円
ZUMBA	16歳以上	4/11	4/18	4/25	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	金	13:30～14:30	総合体育館多目的室2	50名	5,000円
かけっこ教室	小学1年生～3年生	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	土	9:00～10:00	桜多目的広場	30名	4,000円
ジュニア陸上	小学4年生～6年生	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	土	10:30～12:00	桜多目的広場	30名	4,000円
マット運動が上手になるレスリング教室	年少～中学3年生	4/12	4/19	4/26	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	土	9:00～10:00	中央レスリング場	20名	4,000円
弓道(初心者)	中学1年生以上	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/28	土	13:00～14:30	総合体育館弓道場	40名	4,000円
弓道	中学1年生以上	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/28	土	15:00～16:30	総合体育館弓道場	50名	4,000円
たのしいみんなの合気道	小学1年生以上(4年生までは親同伴)	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/14	6/21	6/28	土	13:30～15:00	三滝武道館柔道場	20名	4,000円
ソフトテニス	小学2年生以上	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31			土	13:30～15:30	三滝テニスコート	100名	4,000円
器械体操	小学3年生～6年生	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	土	17:00～18:45	楠体育館アリーナ	30名	4,000円

# 令和7年度 春季スポーツ教室開催要項(託児付)

教室名	対象	日 程										曜日	時間	場所	定員	受講料
		4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16					
ウェルネスヨガ	16歳以上	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	月	10:00~11:30	中央第2体育館	50名	5,000円
スタイルアップヨガ	16歳以上	4/9	4/16	4/23	5/7	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	水	10:00~11:30	中央第2体育館	50名	5,000円
ビューティトレーニング	16歳以上の女性	4/10	4/17	4/24	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	木	10:00~11:30	中央第2体育館	70名	5,000円
ヨガ(入門)	16歳以上	4/11	4/18	4/25	5/9	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	金	9:30~10:30	中央第2体育館	70名	5,000円
シェイプアップエクササイズ	16歳以上	4/11	4/18	4/25	5/9	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	金	11:00~12:00	中央第2体育館	70名	5,000円
託児	1歳以上	各教室と同日程												幼児室	各25名	3,000円

## 【申込みについて】

<b>申込対象者</b>	市内に在住または通勤、通学する人(年齢は教室初日、学年は令和7年4月1日現在)					
<b>申込方法</b> (3通りの方法で受け付けます)	<b>●往復はがき申込み</b> 往信用の表面に宛先・氏名を、裏面に下記申込者情報を記載し郵送してください。  <b>【宛先】</b> 510-0886 四日市市日永東1丁目3番21号 四日市市スポーツ協会「スポーツ教室」係		<b>●メール申込み</b> メール の 件名 に 希 望 の 教 室 名 、 本 文 に 下 記 申 込 者 情 報 を 入 力 し 送 信 し て ください。 ※平日8:30~17:00の間に返信メールをお送りします。届かない場合は申込みが完了していない可能性がありますのでお問合せください。  <b>【申込み専用アドレス】</b> taikyou.044@y-sports.jp		<b>●直接申込み</b> 表面に宛先・氏名を記載した郵便はがきを持参し、受付にてお申し込みください。  <b>【受付場所】</b> 中央緑地施設管理事務所受付 (☎059-345-4111) または 四日市市総合体育館受付 (☎059-348-4100)	
※複数の教室にお申込みの場合は、各教室毎に申込みが必要となります。まとめてお申込はできませんのでご了承ください。複数名でお申込みの場合も1人1通ずつお願いします。	<b>【往復はがき及びメール用 申込者情報】</b> ①ご希望の教室名 ②氏名とふりがな ③性別 ④年齢(小学生は新学年も)と生年月日 ⑤郵便番号と住所 ⑥日中に連絡がとれる電話番号 ~託児付き教室希望者~ ⑦お子様の氏名(ふりがな) ⑧性別と年齢					
<b>申込期間</b>	<b>2月3日(月)~3月12日(水)必着</b> ・申込者が定員を超えた場合は前回落選の方を優先とし、それ以外の方で抽選をします。弓道(初心者)のみカリキュラムの都合上、秋季からの連続参加の方を優先とします。 ・万が一キャンセルをする場合は、3月12日(水)までに電話にて連絡をお願いします。(☎059-345-4111) ・受講料については、教室初日の受付時に集金となりますので、ご用意をお願いします。					

## 【注意事項等】

- 受講料には傷害保険が含まれています。○乳幼児同伴での教室参加はご遠慮下さい。○子どものみのロビーでの待機は禁止します。○託児は専門の保育士がお預かりします。
- 天候不良等により日程の変更・中止となる場合がありますので、ホームページで常時確認をしてください。○申し込み状況により、開催中止となる場合がございます。
- 教室中の写真・映像・記事等の肖像権及び掲載に関する使用権は、主催者に帰属し、主催者ホームページ・情報発信案内及びその他パンフレット等に使用することを了承した上で申してください。○受講料は全て税込です。

## 【特別開催教室のお知らせ】 四日市テニスセンター テニス教室 (※申込・問い合わせ専用ダイヤル 080-4844-0968による申し込みのみとなります。)

スクール名	対象クラス名	曜日	時間	受講回数	月謝	場所
一般スクール	初心クラス	水	10:00~11:30	週1回	8,000円	四日市テニスセンター
	中級クラス	木				
	初中級クラス	金				
一般ナイタースクール	初心クラス	水	19:40~21:00	週1回	8,000円	
	中級クラス	木				
	初中級クラス	金				
ジュニアスクール1	小学生初心者	水・木・金	17:00~18:00	※週1回~	6,000円~	
ジュニアスクール2	小・中学生トーナメントクラス	水・木・金	18:10~19:30	※週1回~	8,000円~	

※ジュニアスクールの回数についてはお問合せください。