

NEWS 碑文谷 体育館



2017 8月号

碑文谷体育館便り
NO.113

碑文谷体育館・野球場・庭球場

検索

今年度の新規教室

「ママ&キッズ英語リトミック」を行いました!!



5/24~6/28 毎週水曜日(全6回)の日程で、日本人の先生や外国人の先生を迎え、ととにぎやかで楽しい雰囲気で行いました。特に子どもたちは、外国人の先生に興味深々!



今年度の予定では、11/1~12/6に行う予定です。
教室募集は9/15~の予定です。
是非!お申し込みください。
詳しくは、碑文谷体育館HPをご覧ください

8月一般公開プログラム

※すべて個人参加のプログラムです

一般公開中止のお知らせ

体育室で行っている一般公開は
7月25日~8月31日の期間
工事のためお休みさせていただきます。

場所	種目名	対象	曜日	時間帯	8月の開催日
碑文谷体育館	音楽体操	高校生以上	火	10:00~11:30	バスケットゴールの 工事のため お休みです
	卓球	小学生以上	水	9:00~11:30	
	バレーボール	中学生以上	水	19:00~21:30	
			金	9:00~11:30	
	トリム体操	小学生以上	木	13:00~15:20	
	剣道	対象は下記を ご覧下さい	火	①15:40~16:40	
			金	②16:40~18:40	
	なぎなた		金	16:00~18:00	
	障がいをもつた のスポーツ広場	障がいをもつた	第1・3 金	13:20~15:20	
バスケットボール	中学生以上	土	18:00~21:00		
ノルディック ウォーキング	小学生以上	土	9:30~11:30	5・12・19・26	
五本木小学校 屋内プール	初心者水泳指導	小学生以上	火	9:00~11:00	今月はお休みです
	水中ウォーキング	中学生以上	水	14:00~14:55	
			土	15:00~15:55	

対象	中学生以下 /障がいをもつた	高校生以上	65歳以上
用具貸出			
一般公開参加料	150円	300円	150円
ラケット等 ■テニス ■卓球 ■なぎなた	20円	50円	50円
防具 ■剣道 ■なぎなた			
五本木小学校 屋内プール	200円	400円	200円

※【剣道】 対象→①5歳以上の未経験者及び初心者 ②5歳以上の経験者及び初心者(②も未経験者可) ※共に未就学児は保護者同伴

※【なぎなた】 対象→5歳以上 ※未就学児は保護者同伴



教室募集案内

お申し込み方法

往復はがき・受付窓口・FAX
スポーツ講座申し込みシステム

※詳しくは、

チラシ・ポスター・碑文谷体育館HP・目黒区HP・めぐろスポーツニュースをご覧ください。

教室名	曜日	時間	対象	回数	定員	参加費
ZUMBA 9/29～10/27	金	19:30～20:20	18歳以上	5	20名	¥2,500 (保険料込)
スタンダードヨガ 10/3～11/7	火	①9:30～10:45 ②11:00～12:15	18歳以上	6	各 15名	¥3,000 (保険料込)

【募集期間】8月15日(火)～9月9日(土) 必着 【抽選結果】9月20日(水) 迄にご連絡致します。

シニアからの筋肉トレーニング 10/12～11/9	木	10:00～11:00	60歳以上	5	15名	¥2,500 (保険料込)
------------------------------	---	-------------	-------	---	-----	------------------

【募集期間】8月15日(火)～9月19日(火) 必着 【抽選結果】9月30日(土) 迄にご連絡致します。

第4期 ベビー・産後ヨガ① 9/19～11/7	火	10:00～10:50	①首の据わった3ヶ月～9ヶ月の乳児と母親	8	各 15組	1組 ¥4,000 (保険料込)
第4期 ベビー・産後ヨガ② 9/19～11/7		11:20～12:10	②10ヶ月～18ヶ月の乳児と母親			
第4期 ボディメイク 基礎編 9/19～11/7	火	13:00～14:00	20歳以上	8	15名	¥4,000 (保険料込)
第4期 アンチエイジングストレッチ 9/19～11/7	火	14:30～15:30	20歳以上	8	15名	¥4,000 (保険料込)
第4期 ボディメイク 応用編 9/19～11/7	火	19:00～20:00	20歳以上	8	15名	¥4,000 (保険料込)

【募集期間】8月15日(火)～9月4日(月) 必着 【抽選結果】9月12日(火) 迄にご連絡致します。

第4期 幼児体操① 9/28～12/7(11/23休み)	木	10:00～10:50	2歳	10	各 15名	¥5,000 (保険料込)
第4期 幼児体操② 9/28～12/7(11/23休み)		11:20～12:10	3歳			
第4期 ヒーリングストレッチ 9/28～12/7(11/23休み)	木	13:00～14:00	20歳以上	10	15名	¥5,000 (保険料込)
第4期 美姿勢骨盤シェイプ 9/28～12/7(11/23休み)	木	14:30～15:30	20歳以上	10	15名	¥5,000 (保険料込)
後期 ママ&キッズピラティス 9/28～10/26	木	16:45～17:30	小学1・2年生と母親	5	10組	1組 ¥2,500 (保険料込)
第4期 はじめてのヨガ 応用編 9/28～12/7(11/23休み)	木	19:00～20:00	20歳以上	10	15名	¥5,000 (保険料込)

【募集期間】8月15日(火)～9月4日(月) 必着 【抽選結果】9月19日(火) 迄にご連絡致します。

※当落結果が届かない場合は、碑文谷体育館へご連絡ください。

【結果連絡方法】インターネットでお申し込みの方はメール、その他での申込みの方はハガキでご連絡致します。
※メールアドレス→「himonya - gym@h00.itscom.net」でご連絡致します。端末の設定・環境をご確認ください。