

NEWS 碑文谷 体育館

2018 3月号



碑文谷体育館便り
NO.120

碑文谷体育館・野球場・庭球場

検索

4月から談話コーナー教室に 新しい教室が加わります!!

第1期 シニアからの正しいトレーニング

日程 4/5 ▶ 5/31(5/3休み)
毎週木曜日

時間 16:00 ~ 17:00

対象 55歳以上

定員 15名

第1期 健康運動教室 (カキラメソッド)

日程 4/6 ▶ 6/1 (5/4休み)
毎週金曜日

時間 13:00 ~ 14:00

対象 20歳以上

定員 15名

第1期 バレエコンディショニング

日程 4/6 ▶ 6/1 (4/13・5/4休み)
毎週金曜日

時間 17:30 ~ 18:30

対象 20歳以上

定員 15名



詳しくは裏面・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。

3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

一般公開お休みのお知らせ

3月21日の「卓球」「バレーボール」はお休みです。

場所	種目名	対象	曜日	時間帯	3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	6・13・20・27
	卓球	小学生以上	水	9:00~11:30	7・14・28
	バレーボール	中学生以上	水	19:00~21:30	7・14・28
			金	9:00~11:30	2・9・16・23・30
	トリム体操	小学生以上	木	13:00~15:20	1・8・15・22・29
	剣道	対象は下記をご覧ください	火	①15:40~16:40	6・13・20・27
			金	②16:40~18:40	2・9・16・23・30
	なぎなた		金	16:00~18:00	2・9・16・23・30
	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	2・16
	バスケットボール	中学生以上	土	18:00~21:00	3・10・17・24・31
ノルディックウォーキング	小学生以上	土	9:30~11:30	3・10・17・24・31	
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	6・13・20・27
	水中ウォーキング	中学生以上	水	14:00~14:55	7・14・28
			水	15:00~15:55	7・14・28

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	20円	50円	50円
■テニス			
■卓球			
■なぎなた			
防具	200円	400円	200円
■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	対象	時間	回数	定員	参加費
キッズ・インドア スポンジテニス教室 5/8～6/26	火	①5・6歳 ②新小学1・2年生	①16:00～17:00 ②17:10～18:10	8	①20名 ②30名	¥4,000 (保険料込)
親子ヨガ体験教室 5/10～6/7	木	1歳以上の未就学児と保護者 ※補助付き	10:00～11:00	5	40組	1組 ¥2,500 (保険料込)
初心者なぎなた教室 5/11～6/1	金	①5歳～新小学2年生(未就学児は保護者同伴) ②新小学3年生以上 ※おとな可	①15:45～16:45 ②17:00～18:00	4	各20名	無料
初心者剣道教室 5/11～6/29	金	①5歳～新小学2年生(未就学児は保護者同伴) ②新小学3年生以上 ※おとな可	①15:45～16:45 ②17:00～18:00	8	各20名	無料

【募集期間】3月15日(木)～4月17日(火)必着 【抽選結果】4月28日(土)迄にご連絡致します。

幼児英語リトミック教室 5/16～6/20	水	①1歳と保護者 ②2歳と保護者	①10:10～10:50 ②11:00～11:40	6	各15組	1組 ¥3,000 (保険料込)
女性のための リラックスヨガ教室 5/18～6/15	金	16歳以上の女性の方 ※保育付き (首がずわった乳児以上の未就学児)	①9:30～10:40 ②11:10～12:20	5	各20名	¥2,500 (保険料込)
障害のあるかたのための エンジョイススポーツ教室 5/18・6/1・6/15・7/20	金	障害のあるかた ※介助が必要な方は同伴が必要	13:30～14:30	4	無	¥150/回 (保険料込)

【募集期間】3月15日(木)～4月21日(土)必着 【抽選結果】5月2日(水)迄にご連絡致します。

スタンダードヨガ 5/22～7/10	火	18歳以上	①9:30～10:45 ①11:00～12:15	8	各15名	¥4,000 (保険料込)
キッズJポップダンス教室 5/22～7/10	火	①5・6歳 ②新小学1・2年生	①16:00～16:50 ②17:00～18:00	8	各15名	¥4,000 (保険料込)
初心者ジュニア 野球体験教室 5/22～6/19 予備日6/26・7/3・10・17	火	小学生	16:00～17:30	5	30名	¥2,500 (保険料込)

【募集期間】3月15日(木)～4月28日(土)必着 【抽選結果】5月12日(土)迄にご連絡致します。

ワンデイ親子運動教室 5/27	日	3歳と保護者	10:00～11:00	1	30組	1組¥500 (保険料込)
ワンデイ体操教室 5/27	日	①4歳 ②5・6歳(鉄棒) ③5・6歳(跳び箱) ④新小学1・2年生(鉄棒) ⑤新小学1・2年生(跳び箱)	①10:00～11:00 ②③11:15～12:15 ④⑤13:00～14:15	1	①30名 ②～⑤ 各25名	¥500 (保険料込)

【募集期間】3月15日(木)～4月28日(土)必着 【抽選結果】5月15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。