

あなたが夢中になれる運動・スポーツを探しませんか？

目黒区立碑文谷体育館

教室募集案内

URL : <https://www.himonyataiikukan.com>

目黒区立碑文谷体育館オフィシャルサイト

検索



障害のあるかたのための エンジョイ・スポーツ教室



※マスクを必ず着用してください
※介助が必要な方は介助者同伴

日程	2月3日・2月17日・3月3日・3月17日 第1・3金曜日 全4回		
対象	区内在住・在勤・在学・在園 障害のあるかた		
時間	13:30~14:30	定員	なし
費用	150円/回(保険料込)	会場	碑文谷体育館 体育室
持物	運動のできる服装・着替え・屋内シューズ・タオル・飲み物・マスク		
講師	Gボールインストラクター 沖田 祐蔵氏		
内容・効果	ボールのグラグラ感や転がり、弾みなどの特性を利用して、バランスボールを使って、音楽に合わせてローリングやパウンドなど体を動かす楽しさを体験できる教室です。多様な体力が高まる効果も期待できます。		

【募集期間】12月15日(木)~1月12日(木) 必着 【抽選結果】1月23日(月)迄にご連絡致します。

【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、その他での申し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。

※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。

申込み方法

教室名・郵便番号・住所・参加者氏名(ふりがな)・電話番号・年齢を必ずご記入のうえ以下の方法でお申し込みください。

※区外在住で在勤・在学・在園の方は在勤・在学・在園先の名称・所在地も必ずご記入ください。(参加者が対象です)

①ハガキ	必要な事項を必ずご記入の上お申し込みください。
②スポーツ講座 申し込みシステム	碑文谷体育館HPまたは目黒区HPへアクセスしてください。 必要な事項を必ずご入力の上お申し込みください。
③受付窓口 またはFAX	必要な事項を必ずご記入の上お申し込みください。 ※申込み用紙は碑文谷体育館HPからプリントアウトする事もできます。 ※送信後は必ず碑文谷体育館に送信確認を行ってください。

目黒区立 碑文谷体育館 〒152-0003 目黒区碑文谷6-12-43
TEL:03-3760-1941 FAX:03-3760-1943