

7・8月の自由参加教室

成人水泳教室① 800円/1回 (対象:16歳以上~) 8/19(月) 10:30~11:30	成人水泳教室② 8/28(水) 8/28(水)
成人水泳教室③ 800円/1回 (対象:16歳以上~) 8/21(水) 8/28(水) 19:30~20:30	
ヨガ教室 700円/1回 (対象:16歳以上~) 7/22, 29, 8/5, 19(月) 10:00~11:10	エイジレスリセットボディ 700円/1回 (対象:16歳以上~) 8/20(火), 8/27(火) 9:40~10:30
健康体操 700円/1回 (対象:16歳以上~) 8/21(水), 8/28(水) 9:40~10:30	

体験教室については料金を添えて、4階受付(窓口)までお申し込みください。定員になり次第受付終了とさせていただきます。

- 「自由参加教室」ご参加について**
- ①教室30分前より、4階受付にて発券、受付を行います。
 - ②先着順とし、定員になり次第、受付を締め切ります。
 - ③妊娠中、お子様連れ、酒気を帯びた方は参加できません。
 - ④現在、通院中の方、体調に不安のある方は医師へ相談の上でご参加ください。

親子リトミック開催決定!!
8/24(土)
 ① 10:00~10:45 (対象:1~2歳)
 ② 11:00~11:45 (対象:3~5歳)



夏まつり開催決定!!
7/27(土), 8/10(土)
 10:00~14:00

- ・スポーツボールくじ
- ・ラムネ販売




自由参加教室と事前申込教室 フ プ

自由 ヨガ教室 700円/1回 (対象:16歳以上~) 難関なヨガのポーズと呼吸法で心と体のつりをほぐし、整えましょう。気持ちよく全身ストレッチ。久しぶりに運動する方、初めての方も大歓迎です。毎水曜日 10:00~11:10 9/2~12/23 毎9/9, 9/30	幼児水泳教室 (水曜クラス) (対象:未就学児3~5才) 10,000円/10回 楽しく水慣れをし、集団行動でのルールやマナー、協調性を養いながら、水泳の基本習得を目指す教室です! 毎水曜日 15:40~16:25 9/11~11/20 毎11/27 毎10/30	児童水泳教室 (水曜クラス) (対象:小学生) 11,000円/10回 泳げない子も大歓迎!お子様の泳力に合わせた指導を致します。(主にクロール、背泳ぎ) 毎水曜日 16:40~17:30 9/11~11/20 毎11/27 毎10/30
自由 成人水泳教室① 800円/1回 (対象:16歳以上~) 水泳4種目(クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ)アドバンスや改善点を教えます。初心者も大歓迎! 毎水曜日 10:30~11:30 9/2~12/23 毎9/9, 9/30, 12/9	幼児水泳教室 (金曜クラス) (対象:未就学児3~5才) 10,000円/10回 楽しく水慣れをし、集団行動でのルールやマナー、協調性を養いながら、水泳の基本習得を目指す教室です! 毎金曜日 15:40~16:25 9/13~11/22 毎11/29 毎10/18	児童水泳教室 (金曜クラス) (対象:小学生) 11,000円/10回 泳げない子も大歓迎!お子様の泳力に合わせた指導を致します。(主にクロール、背泳ぎ) 毎金曜日 16:40~17:30 9/13~11/22 毎11/29 毎10/18
自由 成人水泳教室② 800円/1回 (対象:16歳以上~) 水泳4種目(クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ)アドバンスや改善点を教えます。初心者も大歓迎! 毎水曜日 11:10~12:10 9/14~12/23 毎12/10	幼児水泳教室① (土曜クラス) (対象:未就学児3~5才) 10,000円/10回 楽しく水慣れをし、集団行動でのルールやマナー、協調性を養いながら、水泳の基本習得を目指す教室です! 毎土曜日 10:00~10:45 9/14~11/23 毎11/30 毎10/19	児童水泳教室① (土曜クラス) (対象:小学生) 11,000円/10回 泳げない子も大歓迎!お子様の泳力に合わせた指導を致します。(主にクロール、背泳ぎ) 毎土曜日 10:00~10:50 9/14~11/23 毎11/30 毎10/19
自由 成人水泳教室③ 800円/1回 (対象:16歳以上~) 水泳4種目(クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ)アドバンスや改善点を教えます。初心者も大歓迎! 毎水曜日 19:30~20:30 9/4~12/18 毎12/11	幼児水泳教室② (土曜クラス) (対象:未就学児3~5才) 10,000円/10回 楽しく水慣れをし、集団行動でのルールやマナー、協調性を養いながら、水泳の基本習得を目指す教室です! 毎土曜日 11:00~11:45 9/14~11/23 毎11/30 毎10/19	児童水泳教室② (土曜クラス) (対象:小学生) 11,000円/10回 泳げない子も大歓迎!お子様の泳力に合わせた指導を致します。(主にクロール、背泳ぎ) 毎土曜日 11:10~12:00 9/14~11/23 毎11/30 毎10/19
★ エイジレスリセットボディ 9,240円/12回 (対象:16歳以上~) シックリ動いて基礎代謝UP&体力UP! 理想的なボディをGET! 毎火曜日 9:40~10:30 9/10~11/26	★ フラダンス①(経験者) 8,470円/11回 (対象:16歳以上~) フラダンスは一見難しそうに見えますが、とても運動量の多い踊りです。心のリラックスはもちろん、シェイプアップ効果も期待できます。 毎金曜日 9:30~11:00 9/13~11/29	★ キッズダンス 6,000円/10回 (対象:就学児3~6才) 初めての方、大歓迎。音楽に合わせて楽しく踊りましょう!! 毎月曜日 16:10~16:50 9/2~12/9 毎12/16 毎9/16, 9/23, 9/30, 10/14, 11/4
★ 健康体操 8,470円/11回 (対象:16歳以上~) 家で続けられる色々なエクササイズをします。元気な身体を作りますよ! 毎水曜日 9:40~10:30 9/11~11/27 毎9/18	★ フラダンス②(初心者) 8,470円/11回 (対象:16歳以上~) フラ始めてみませんか?シェイプアップ効果はもちろん、心のリラックス効果も期待できます。 毎金曜日 11:00~12:30 9/13~11/29	★ ジュニアダンス 7,000円/10回 (対象:小学生~中学生) 初めての方、大歓迎。音楽に合わせて楽しく踊りながらダンスを習得しましょう。 毎月曜日 17:00~17:50 9/2~12/9 毎12/16 毎9/16, 9/23, 9/30, 10/14, 11/4

〈アイコンの見方〉 自由参加教室 ★事前申込教室(大人) ★事前申込教室(子ども)

- 〈持ち物〉 ※登録証は初回参加時に4階受付にて発行いたします。
- フ **フリアプログラム** 運動着・タオル・飲み物・受講料・登録証
 - プ **プールプログラム** 水着・水泳帽・タオル・ゴーグル・アームリング(幼児) 受講料・登録証

■事前申込の振替日について
 振替日を設けているのは、幼児水泳、児童水泳、キッズダンス、ジュニアダンスの子供の教室のみとなります。
 ※表示価格はすべて消費税込みの価格です。

「事前申込教室」お申し込みについて (大人の教室はこちらから)

★ エイジレスリセットボディ教室 健康体操教室、フラダンス教室

往信用おても 返信用うら

千葉市中央区 千葉港2-1 千葉市中央コミュニティセンター4F事務所 教室係


お申し込み番号: 2300020

お申し込み方法: ①お名前 フリガナも記入 ②ご住所 ③電話番号 ④性別・年齢 ⑤ご希望の教室 ※教室名は正確にご記入ください。

※第一希望、第二希望がある方は記入してください。

(申込先) 〒260-0026 千葉市中央区千葉港2-1 千葉市中央コミュニティセンター4F事務所 教室係


教室申込フォーム



「事前申込教室」お申し込みについて (子どもの教室はこちらから)

★ 幼児水泳教室、児童水泳教室 キッズダンス・ジュニアダンス

教室申込フォーム



(注意事項)

- 定員を超えるお申し込みがあった場合、抽選とさせていただきます。
- 定員に達しない教室は、4F受付にて随時お申し込みを受けいたします。
- 電話・FAX・メール等での申し込みは受け付けておりません。
- 抽選結果は、令和6年8月13日(火)以降、往復ハガキまたは「chibacco@shinko-sports.com」からのメールにてお知らせいたします。
- 当選者の方は、ハガキ又はメールに記載されている期日までに4F受付にてお申し込みください。
- 受講料をお支払いください。
- お申し込み後の返金はできませんので、予めご了承ください。
- 最少参加人数に満たない場合は中止となる場合がございます。
- お申し込みは、お1人様1教室につき、ハガキ1枚となります。
- 「お申し込みフォーム」の場合は、ご家族に限り1教室につき2名までご応募いただけます。
- 「お申し込みフォーム」でのお申し込みが出来ない場合は、往復ハガキでのお申し込みも可能です。
- ご応募時に頂いた個人情報(住所)は、教室に関するご連絡や出入金簿作成のみ利用し、第三者(個人・団体問わず)への提供・共有は一切致しません。

(申込締切) **令和6年8月9日(金) 必着**
 ※申込期間外の受付はございませんのでご注意ください。

㊦ 8月の自由参加教室で、8月28日(水)の「成人水泳教室②③」は開催中止となりますのでご了承ください。