

12月の自由参加教室

成人水泳教室① 800円/1回 定員15名(対象:16歳以上~) 12/2、16、23(月) 10:30~11:30	成人水泳教室② 800円/1回 定員15名(対象:16歳以上~) 12/4、18、25(水) 11:10~12:10
成人水泳教室③ 800円/1回 定員10名(対象:16歳以上~) 12/4、18、25(水) 19:30~20:30	ヨガ教室 700円/1回 定員15名(対象:16歳以上~) 12/2、9、16、23(月) 10:00~11:10
エイジレスリセットボディ 800円/1回 定員18名(対象:16歳以上~) 12/3、10、17、24(火) 9:40~10:30	健康体操 800円/1回 定員18名(対象:16歳以上~) 12/4、11、18、25(水) 9:40~10:30
キッズ・ジュニアダンス体験会 無料/1回(対象:未就学児3~6才、小学生) 12/23(月) 16:30~17:30	

「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ご参加ください。

未来に備える!! 無料

行政書士による講座

令和7年1月19日(日)
11:15~12:45

令和7年1月24日(金)
13:15~14:45

親の生活サポートや自分自身の老後の為に
出来ることを成年後見に携わる行政書士が
解説します。

※ご参加には、お電話でのお申し込みが必要です。
※定員になり次第、締め切らせていただきます。
お申し込みはコチラ「043-245-5724」




自由参加教室と事前申込教室

フロア
プール

自由 ヨガ教室 700円/1回(対象:16歳以上~) 簡単なヨガのポーズと呼吸法で心と体のコリをほぐし、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 1/13~3/24	幼児水泳教室 (水曜クラス) (対象:未就学児3~5才) 11,000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 1/15~3/19 画3/26	児童水泳教室 (水曜クラス) (対象:小学生) 12,000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 1/15~3/19 画3/26
自由 成人水泳教室 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)アドバイスや改善点を教えます。初心者も大歓迎!! 毎水曜日 11:15~12:15 1/15~3/26	幼児水泳教室 (金曜クラス) (対象:未就学児3~5才) 11,000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 1/17~3/21 画3/28	児童水泳教室 (金曜クラス) (対象:小学生) 12,000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 1/17~3/21 画3/28
エイジレスリセットボディ 8,000円/10回(対象:16歳以上~) レッカリ動いて基礎代謝UP&体力UP!理想的なボディをGET!! 毎火曜日 9:40~10:30 1/7~3/18 画3/25 画2/11	幼児水泳教室① (土曜クラス) (対象:未就学児3~5才) 11,000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 1/11~3/15 画3/22	児童水泳教室① (土曜クラス) (対象:小学生) 12,000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 1/11~3/15 画3/22
健康体操 8,000円/10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。元気に動ける体を作りましょう! 毎水曜日 9:40~10:30 1/8~3/12 画3/19	幼児水泳教室② (土曜クラス) (対象:未就学児3~5才) 11,000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 1/11~3/15 画3/22	児童水泳教室② (土曜クラス) (対象:小学生) 12,000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 1/11~3/15 画3/22
キッズダンス 6,000円/10回(対象:未就学児3~6才) 初めての方、大歓迎。音楽に合わせて楽しく踊りながらダンスを習得しましょう! 毎水曜日 16:10~16:50 1/13~3/17 画3/24	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。 毎水曜日 17:00~17:50 1/13~3/17 画3/24	
フラダンス①(経験者) 7,700円/10回(対象:16歳以上~) フラダンスは一見優雅に見えますが、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。 毎全曜日 9:30~11:00 1/10~3/14	フラダンス②(初心者) 7,700円/10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。 毎全曜日 11:00~12:30 1/10~3/14	

〈アイコンの見方〉  自由参加教室  事前申込教室


〈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。

- フロアプログラム** 運動着・タオル・飲み物・受講料・登録証
- 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、エイジレスリセットボディ、健康体操の教室となります。
※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**

往信用おもて 返信用うら

〒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

※記入しないでください。

お客様の
ご住所とお名前

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。

返信用おもて 往信用うら



(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付いたします。
- 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12月16日(月)以降、往復ハガキまたは「chibacc@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受付にて受講料をお支払いください。
- 受講料納入後の返還はできませんので、予めご了承ください。
- 最少催行人数に満たさない時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3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は、教室に関するご連絡や出欠名簿作成のみ利用し、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12月13日(金) 必着

※申込期間外の受付はおこなっておりませんのでご注意ください。