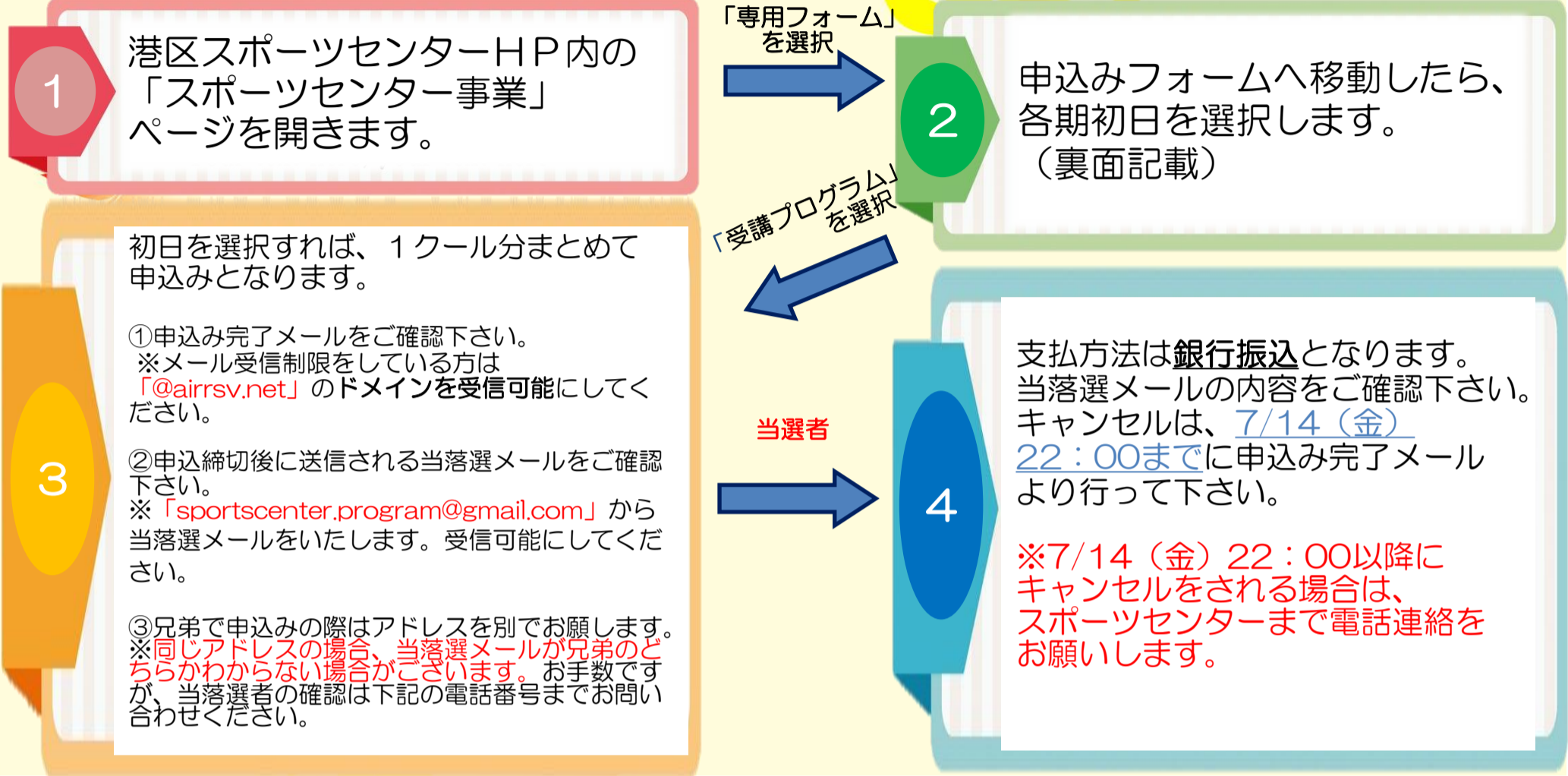


スポーツセンター事業

申込方法の流れ



申込者全員(当選・キャンセル待ち・落選)に返信メールをお送りいたします。
※メールが届かない場合はスポーツセンターまでお問い合わせください。

キッズスイミングについて

お子様の泳力に合わせたクラスにお申込みください

幼児水慣れクラス	水慣れ～一人で潜ることができるように練習していきます
幼児バタ足クラス	バタ足～クロールの形を覚えるまで練習していきます
※幼児バタ足クラスは、一人で潜れる方が対象となります。	
小学生水慣れクラス	水慣れ～クロールの形を覚えるよう練習していきます
小学生クロールクラス	クロールの形・息継ぎの練習をして25m完泳を目指します
※小学生クロールクラスはバタ足10m程度泳げることが対象となります。	

全プログラムは裏面に記載

日程・対象年齢等

- 受講にあたって
- 教室実施時の撮影、録音等をご遠慮ください。
 - ゲート入場は、登録教室開始30分前となります。
 - 必ず「受講証」を受付で掲示してください。
 - プール入場は、15分前からとなります。
 - 他の施設を利用する場合は、別途利用料金が掛かります。

申込期間：7/3(月) 8:30 ~ 7/14(金) 22:00

当落返信メール：申込み締め切り後、7/22(土)までに順次配信します

追加申込の受付：7/24(月) 8:30~

曜日	No	教室名	担当	時間	場所	定員	料金	実施回数	日程	休講日
火	①	バーオソルピラティス	児玉	11:30~12:30	競技場1	25名	17,000円	17回	8/1~11/28	8月15日
	②	エイジレスフラ	高橋	12:45~13:45						
	③	メンテナンスヨガ	石川	14:00~15:00						
	④	はじめてパワーヨガ	よう	18:15~19:15						
	⑤	ストレッチバレエ	宮城	19:30~20:30						
水	⑥	パワーヨガ初級	清水	9:15~10:15	多目的室	25名	17,000円	17回	8/2~11/29	8月16日
	⑦	ピラティス	宮城	10:30~11:30						
	⑧	バーオソルクニアセフメソッド®	Erica	11:45~12:45						
	⑨	ママのボディケア~骨盤調整ヨガ~	齋木	13:00~14:00						
	⑩	ママのボディケア~産後ピラティス~	新井敦子	14:20~15:20						
木	⑪	はじめてフラメンコ 🍷	乙訓	11:30~12:30	競技場1	25名	16,000円	16回	8/3~11/30	8月17日 11月23日
	⑫	エイジレスフラ	高橋	12:45~13:45						
	⑬	からだ調整ヨガ&アロマ	鈴木	14:00~15:00						
	⑭	ママのボディケア~骨盤調整ヨガ~	齋木	11:45~12:45	多目的室					
	⑮	ママのボディケア~産後ピラティス~	新井敦子	14:20~15:20						
	⑯	ほぐしヨガ	稲垣	18:15~19:15	競技場1					
	⑰	ベリーダンス 🍷	GINA	19:15~20:15						
	⑱	ストレッチバレエ	宮城	19:30~20:30						
金	⑲	やさしいバレエ	渡辺	10:15~11:15	多目的室	25名	15,000円	15回	8/4~11/24	8月11日 11月3日
	⑳	ハタヨガ	鈴木	11:30~12:30						
	㉑	マットピラティス	飯田	12:45~13:45						
	㉒	デトックスヨガ	飯田	14:00~15:00						
	㉓	はじめてキッズバレエ (年中~小2)	渡辺	16:00~16:45	12名	14,000円	14回	8月11日・10月6日 11月3日		
	㉔	体操教室 (満5歳~7歳)	大貝・山田	17:00~17:45	12名					
	㉕	ジャイロキネシス	井上	18:45~19:45	競技場1	25名	15,000円	15回	8月11日 11月3日	
	㉖	HIPHOP 🍷	SakiL	19:15~20:15						
土	㉗	親子で楽しむ運動教室 (満3歳~4歳)	前島・竹本	13:30~14:15	多目的室	12名	14,000円	14回	8/5~11/25	8月12日・9月23日 11月18日
	㉘	親子で楽しむ運動教室 (満3歳~4歳)	竹本・前島	14:30~15:15						
月	㉙	ベビースイミング (満1歳~2歳)	大橋	10:00~10:30	小プール	10名	10,000円	10回	8/21~11/27	8月14日・9月18日 10月9日 毎月第1月曜日は休講
	㉚	ベビースイミング (満1歳~2歳)		10:35~11:05						
	㉛	チャレンジバタフライ		植田						
木	㉜	アクアウォーク&リズム	雨宮	13:00~13:45	小プール	25名	15,000円	15回	8/3~11/30	8月17日 10月5日 11月23日
	㉝	アクアシェイプ		13:55~14:40						
	㉞	幼児水慣れクラス (年少~年長)	竹本・大橋	15:30~16:20	小プール	14名				
	㉟	幼児バタ足クラス (年少~年長)	寺田・鳴澤			10名				
	㊱	幼児水慣れクラス (年少~年長)	宮本			7名				
	㊲	幼児バタ足クラス (年少~年長)	前島	16:30~17:20	小プール	7名				
	㊳	※小学生バタ足クラス (小1~小6)	寺田			7名				
	㊴	※小学生クロールクラス (小1~小6)	錦織・植田			大プール				

注意事項 キッズスイミングを申込みの際は、必ず対象年齢をご確認いただき、お子様の泳力に合ったクラスをお申込みください。
※小学生クラスは深いプールで練習します。(大プール水深1.25m)

【申込方法】※直接ご来館による申込み、電話受付は行っていません。
スポーツセンターHP→各種プログラム→スポーツセンター事業の予約フォームからお申し込みください。

- 定員数を超えた場合は抽選とさせていただきます。抽選は港区在住の方が優先となります。
- **年齢制限があるクラスは開催日初回日の満年齢になります。**
- 申込み完了後は確認メールが届き、申込み締切日後に当選、落選メール及びキャンセル待ちメールを送らせて頂きます。

【対象】

- 18歳以上。(医師から運動制限の指示をされている方、妊娠している方はご遠慮ください)
- 「キッズスイミング」は**満3歳(おむつがとれていること)~12歳(小学生)**が対象です。
- 「ママのボディケア」は産後1歳未満の方が対象です。(同伴のお子様も1歳未満1名となります)
※「ママのボディケア~骨盤調整ヨガ~」「ママのボディケア~産後ピラティス~」は水曜日と木曜日の同時申し込みができません。
- 「ベビースイミング」はお子様1名に対して保護者1名の同伴が必要です。

【申込期限】

令和5年7月3日(月) 8:30~
7月14日(金)22:00まで

【支払方法】

銀行振込(手数料はお客様負担となります)
※詳細は当落連絡時のメール内容をご確認ください。
当選された方は7/28(金)までにお振込みいただきますようお願いいたします。
手数料については各自ご負担をお願いいたします。

【キャンセル】

7/14(金)22:00までに申込み完了メールより行ってください。
7/14(金)22:00以降はスポーツセンターに電話連絡をお願いいたします。

【追加申込み】

7/24(月)8:30~7/31(月)22:00まで
※予約フォームからの申込みとなります。
8/1(火)からの追加申込みはスポーツセンターにお問い合わせ下さい。