

## 申込方法の流れ

1 港区スポーツセンターHP内の【各種プログラム】→【スポーツセンター教室事業】ページを開きます。

2 申込みフォームへ移動したら、各期初日を選択します。

3

★初日を選択すれば、1クール分(4月~7月分)まとめて申し込みとなります。

①仮予約受付完了メールをご確認ください。

※メール受信制限をしている方は、「@airrsv.net」のドメインを受信可能にしてください。

②申込締切後に送信される当落メールをご確認ください。

※「sportscenter.program@gmail.com」から当落メールをいたします。受信可能にしてください。

③兄弟での申込みの際は、アドレスを別でお願いいたします。

※同じアドレスの場合は、当落メールが兄弟のどちらか分からない場合がございます。

お手数ですが当落者の確認をスポーツセンターまでご連絡ください。

4

支払方法は銀行振込となります。

(※複数の講座を申込みの場合は、まとめてご入金ください)

当落選メールの内容をご確認ください。

キャンセルは、2/28(金)22:00までに申込み完了メールより行ってください。

※2/28(金)22:00以降にキャンセルをされる場合は、スポーツセンターまで電話連絡をお願いします。

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。

全プログラムは裏面に記載。日程・対象年齢等必ずご確認ください。

## 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~一人で潜れるようになるまでを目標とするクラス。

★幼児バタ足クラス  
けのび~バタ足の完成を目標にするクラス。  
※一人で潜れる方が対象となります。

★小学生バタ足クラス  
水慣れ~バタ足の完成を目標とするクラス。

★小学生クロールクラス  
クロールの形の完成を目標とするクラス  
※バタ足10m程度泳げる方が対象となります。

## 申込期間

2/15(土)8:30~2/28(金)22:00

当落発表:締切後、3/11(火)までに順次返信

追加申込:3/12(水)8:30~3/21(金)22:00まで

## 注意事項

- ・お電話でのお申込みは受け付けておりません。
- ・教室実施時の撮影・録音等はできません。
- ・必ず「受講証」を受付でご提示ください。
- ・他の施設を利用する場合は、別途利用料金が発生します。

港区スポーツセンター

住所 : 東京都港区芝浦1-16-1-3F

TEL : 03-3452-4151

HP : <http://minatoku-sports.com>

予約フォーム



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	16000円	16	4月1日 ~ 7月29日	4月29日 5月6日					
	②	姿勢改善ストレッチ ★new★	GINA	12:45~13:45											
	③	リラックスヨガ	石川	14:00~15:00											
	④	はじめてパワーヨガ	よう	18:15~19:15											
	⑤	はじめてバレエ	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	14000円	14	4月9日 ~ 7月30日	4月23日・30日 5月7日					
	⑦	ピラティス	宮城	10:30~11:30		16名	17000円	17	4月2日 ~ 7月30日	5月7日					
	⑧	はじめてバレエ	渡辺愛	11:45~12:45											
	⑨	ママのボディケア~骨盤調整ヨガ~ ※1	齋木	13:00~14:00											
	⑩	ママのボディケア~産後ピラティス~ ※1	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	17000円	17	4月3日 ~ 7月31日	なし					
	⑫	エイジレスフラ	高橋	12:45~13:45											
	⑬	ママトレエクササイズ ※2★new★	新井敦子	14:20~15:20											
	⑭	ママのボディケア~骨盤調整ヨガ~ ※1	齋木	11:45~12:45	多目的室	25名	18000円	18	4月3日 ~ 7月31日	なし					
	⑮	ママのボディケア~産後ピラティス~ ※1	新井敦子	13:00~14:00											
	⑯	からだ調整ヨガ&アロマ	鈴木	14:15~15:15	競技場1	25名	17000円	17	4月4日 ~ 7月25日	なし					
	⑰	ほぐしヨガ	稲垣	18:15~19:15											
	⑱	ベリーダンス	GINA	19:15~20:15											
	⑲	バレエ初級	宮城	19:45~20:45											
金	⑳	はじめてバレエ ★new★	渡辺愛	9:00~10:00	多目的室	16名	17000円	17	4月4日 ~ 7月25日	なし					
	㉑	バレエ初級	渡辺愛	10:15~11:15		25名									
	㉒	ハタヨガ	鈴木	11:30~12:30											
	㉓	マットピラティス	飯田	12:45~13:45		8名	16000円	16	4月11日 ~ 7月25日	6月13日					
	㉔	デトックスヨガ	飯田	14:00~15:00											
	㉕	幼児バレエ教室(年中~年長)	渡辺愛	15:15~15:55		10名	15000円	15	4月4日 ~ 7月25日	なし					
	㉖	小学生バレエ教室(小1~小6)	渡辺愛	16:00~16:50											
	㉗	チャレンジ跳び箱教室(年長~小1)	西澤	17:00~17:45		競技場1	25名	17000円	17	4月5日 ~ 7月19日	5月3日 7月12日				
	㉘	ジャイロキネシス	井上	19:00~20:00											
	㉙	HIPHOP 🍷	Sakil	19:15~20:15											
土	㉚	親子リズム体操(年中~年長)	都平	13:30~14:15	多目的室	14名	14000円	14	4月5日 ~ 7月19日	5月3日 7月12日					
	㉛	小学生リズムトランポリン教室	都平	14:30~15:15		25名									
月	㉜	ベビースイミング (満1歳~2歳)	指導員2名	10:00~10:30	小プール	12名	10000円	10	4月21日 ~ 7月28日	5月5日 6月2日・23日 7月7日・21日					
	㉝	ベビースイミング (満1歳~2歳)		10:35~11:05											
	㉞	チャレンジバタフライ	植田	10:00~10:50							大プール	10名	11000円	11	5月5日 6月2日 7月7日・21日
	㉟	はじめてクロール		11:00~11:50											
水	㊱	チャレンジ平泳ぎ ★new★	寺田	12:00~12:50	大プール	8名	15000円	15	4月2日 ~ 7月30日	4月9日・16日 5月7日					
木	㊲	アクアウォーク&リズム	渡邊	13:00~13:45	小プール	25名	16000円	16	4月3日 ~ 7月31日	4月10日・17日					
	㊳	アクアシェイプ	錦織	13:55~14:40											
	㊴	幼児水慣れクラス (年少~年長)	指導員2名	15:30~16:20	小プール	14名									
	㊵	幼児バタ足クラス (年少~年長)	指導員2名			12名									
	㊶	幼児水慣れクラス (年少~年長)	指導員1名	16:30~17:20	小プール	7名									
	㊷	幼児バタ足クラス (年少~年長)	指導員1名			7名									
	㊸	※小学生バタ足クラス (小1~小6)	指導員1名		大プール	7名									
	㊹	※小学生クロールクラス(小1~小6)	指導員2名			10名									

**注意事項**

- 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。
- 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)
- 年齢制限があるクラスは開催初回日までに満年齢となっていることが条件となります。

**【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。)
- 「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。
- 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年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)
- ※1 「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。
- ※2 「ママトレエクササイズ」は1歳~2歳のお子様と一緒に参加していただくレッスンとなっております。

**【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、3/21(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】**

2/28(金)22:00までに申込み完了メールより行ってください。  
 2/28(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。