



スポーツ教室 受講生募集

問 NPO法人へきなん総合型スポーツクラブ
☎(42)4233
※月～金曜日の9時30分～17時30分にお問い合わせ
合わせください。

初心者対象の教室ですので、気軽に参加してください。

対象 市内在住・在勤・在学の人優先

- ・原則として受講回数の少ない人を優先します。
- ・市外の方も同時期に申込書は出せますが、締切日に定員の空きがある場合のみ、市外の方のなかの先着順で参加できます。参加可能の場合は締切日以降に臨海体育館より連絡します。

参加費 10回教室 4,000円、15回教室 6,000円

※プール使用の教室（水泳・水中ウォーキング・らくらくアクア）は2,000円増しです。

申込み

【子どもの部の水泳以外】

とき 3月5日(木)

昼間の部 9時45分～10時

子どもの部 17時45分～18時

夜間の部 19時15分～19時30分

※申し込み多数の場合はその場で抽せんです。

ところ 臨海体育館第2体育室

- ・締切日以降のキャンセルによる返金はできません。
- ・参加者が10人または10組に満たない教室は開講せず、参加費を返金します。
- ・定員に満たない教室は教室開始日の10日前（休館日の場合は翌日）まで臨海体育館で随時受け付けます。
- ・陸上スポーツ教室は、小学3年生で受講歴のある場合、申し込み状況により小学4～6年生のグループでの受講となることがあります。
- ・ソフトテニス教室は、経験などにより低学年の参加も可能です。

【子どもの部の水泳】

3月10日(火) (必着) までに往復ハガキに次のとおり記入し、NPO法人へきなん総合型スポーツクラブ 〒447-0853 浜町2-4

※抽せんのため、必ずはがき1枚につき1人分で申し込んでください。抽せん結果を返信はがきで通知します。

往信 ①教室名②郵便番号③住所④氏名（フリガナも記載）⑤性別⑥年齢（学校名と新学年も記載）⑦電話番号⑧該当講座の過去の受講回数

返信 ①郵便番号②住所③氏名

子どもの部

教室名	ところ	曜日	開始日	回数
バスケットボール	新川小体育館	土	4月11日	15
ジュニアソフトテニス	臨海公園テニスコート	火・木	4月2日	
卓球	臨海体育館	水	4月1日	
剣道			4月3日	
新体操			4月10日	
柔道			4月3日	
空手	碧南スイミングスクール		4月4日	
水泳			4月4日	
陸上スポーツ	2号地多目的グラウンドなど	土	4月4日	15
キッズ！ニュースポーツ	中央小体育館など		5月9日	10

昼間の部

教室名	ところ	曜日	開始日	回数
ヨガ	農業者コミュニティセンター	土	4月25日	10
水中ウォーキング	水上スポーツセンター	火	4月7日	
らくらくアクア	碧南スイミングスクール	月	4月13日	
バドミントン	臨海体育館	火	4月7日	15
卓球（硬式、ラージボール）			4月1日	
親子体操&ママエアロ（水曜コース）		水	4月15日	
親子体操&ママエアロ（金曜コース）		金	4月10日	

夜間の部

教室名	ところ	曜日	開始日	回数
ソフトバレーボール	南部市民プラザ	水	4月1日	10
太極拳		金	4月10日	
テニス	港湾スポーツセンターテニスコート	水・金	4月8日	
バドミントン	臨海体育館	木	4月2日	

時間	対象	定員	内容	持ち物
18時～20時	小学3～6年生	80人	基本的な技術を習得し、ゲームを楽しむ	バスケットボール（5号）
19時～21時	小学4～6年生	40人	ボール、ラケットに慣れ、基本的技術を身につける	軟式用ラケット
19時～21時	小学4年生～中学生	30人	基本的な技術を習得し、ゲームを楽しむ	ラケット
19時～20時30分	小中学生	30人	礼法、基本動作、打突を学ぶ	竹刀
18時～19時	年中～小学生	30人	基本技術を習得し、体を動かす楽しさと集団生活も学ぶ	新体操手具（リボン）
19時30分～21時	年長～中学生	45人	基本技を習得し、相手を敬う心、感謝の心を学ぶ	柔道着
18時30分～20時	年長～中学生	30人	基本的な技術を習得し、礼儀作法を身につける	空手着
17時15分～18時15分	小学生	30人	水に慣れ、遊びながら基本的技術を学ぶ	水着、水泳帽
9時30分～11時30分	小学2～3年生	30人	運動の基本となる「走る」「跳ぶ」「投げる」の能力を磨き陸上競技の楽しさを学ぶ	—
	小学4～6年生			
9時～11時	小学2～4年生	30人	ニュースポーツや鬼ごっこ、コーディネーショントレーニングを通して、運動の楽しさやからだの適切な使い方を学ぶ	—

時間	対象	定員	内容	持ち物
9時30分～10時45分	小学生以上（小学生は保護者同伴）	20人	丁寧にほぐしてから行う、やさしいヨガです。心身ともにスッキリと整えます。	ヨガマットまたはバスタオル
13時30分～14時30分	30歳以上		水の特性（水圧、浮力、抵抗）を利用して全身運動を行う	水着、水泳帽
11時～11時45分	15歳以上（中学生除く）	20人	水の特性を利用して自分のペースで体を動かす	水着、水泳帽
9時30分～11時30分		30人	基本的な技術を習得し、ゲームを楽しむ	ラケット
9時30分～11時30分		30人	基本的な技術を習得し、ゲームを楽しむ	ラケット
10時～11時30分	就園前の子と保護者	40組	子どもはあそびの天才に、親は遊ばせ名人、見守り名人を目指します。親子でからだあそびを体験し、運動あそびで脳を育てよう。後半は、ママはエアロビクス、子どもは自由あそびをします。	—
		40組		—

時間	対象	定員	内容	持ち物
19時～21時	小学生以上	40人	基本的な技術を習得し、ゲームを楽しむ	—
19時30分～21時	中学生以上	30人	穏やかな動作を意識し、呼吸法による心身の健康に努める	—
19時30分～21時	15歳以上（中学生除く）	35人	基本的な技術を習得し、ゲームを楽しむ	硬式用ラケット
19時～21時	中学生以上	30人	基本的な技術を習得し、ゲームを楽しむ	ラケット