

事前受付

夏のコース型教室 7月～9月

ヨガ・調整系

スポーツ系・文化系

健康づくり

ダンス

親子・子ども教室

インナーシェイプヨガ

- 日程→火曜 18:00～18:50
- 参加料→6,500円
- 定員→17名
- 対象→16歳以上
- 会場→研修室

③

朝のバドミントン

- 日程→火曜 9:00～10:45
- 参加料→10,500円
- 定員→66名
- 対象→16歳以上
- 会場→第1体育室

⑪

わくわく健康体操

- 日程→月曜 11:15～12:30
- 参加料→4,800円
- 定員→60名
- 対象→55歳以上
- 会場→第1体育室

⑫

フラダンス

- 日程→木曜 15:15～16:30
- 参加料→7,150円
- 定員→40名
- 対象→16歳以上
- 会場→第2体育室

⑫

親子体操

- 日程→水曜 10:30～11:30
- 参加料→5,500円
- 定員→45名
- 対象→H30.4.2～R2.4.1生
- 会場→第2体育室

⑫

ココロとカラダのヨガ

- 日程→水曜 12:00～12:50
- 参加料→6,050円
- 定員→60名
- 対象→16歳以上
- 会場→第3体育室

⑫

夜のバドミントン

- 日程→木曜 19:00～20:45
- 参加料→11,550円
- 定員→33名
- 対象→16歳以上
- 会場→第1体育室

⑫

頭すっきり体操

- 日程→水曜 9:15～10:15
- 参加料→4,500円
- 定員→60名
- 対象→60歳以上
- 会場→第2体育室

⑫

フラメンコ

- 日程→木曜 10:00～10:50
- 参加料→8,250円
- 定員→17名
- 対象→16歳以上
- 会場→研修室

⑫

ジュニアヒップホップ

- 日程→水曜 16:00～16:50
- 参加料→6,050円
- 定員→40名
- 対象→小1～3年生
- 会場→第3体育室

⑫

骨盤矯正&ヨガストレッチ

- 日程→金曜 15:00～15:50
- 参加料→4,950円
- 定員→17名
- 対象→16歳以上
- 会場→研修室

⑫

卓球①

- 日程→火曜 11:00～12:45
- 参加料→8,500円
- 定員→42名
- 対象→16歳以上
- 会場→第1体育室

⑫

意気揚々

- 日程→水曜 13:00～14:00
- 参加料→4,500円
- 定員→87名
- 対象→65歳以上
- 会場→第2体育室

⑫

初めての社交ダンス

- 日程→土曜 9:15～10:45
- 参加料→7,700円
- 定員→14名
- 対象→16歳以上
- 会場→研修室

⑫

ヒップホップダンス

- 日程→水曜 17:00～17:50
- 参加料→8,250円
- 定員→17名
- 対象→小4～6年生
- 会場→研修室

⑫

バレトン

- 日程→木曜 11:00～11:50
- 参加料→8,250円
- 定員→17名
- 対象→16歳以上
- 会場→研修室

⑫

卓球②

- 日程→火曜 13:00～14:45
- 参加料→8,500円
- 定員→84名
- 対象→16歳以上
- 会場→第1体育室

⑫

楽しく運動しよう

- 日程→水曜 15:00～15:50
- 参加料→4,950円
- 定員→40名
- 対象→50歳以上
- 会場→第3体育室

⑫

木曜ベリーダンス

- 日程→木曜 12:00～12:50
- 参加料→8,250円
- 定員→17名
- 対象→16歳以上
- 会場→研修室

⑫

ジュニアバレエ

- 日程→火曜 17:00～17:50
- 参加料→7,500円
- 定員→17名
- 対象→年長～小4年
- 会場→研修室

⑫

気功

- 日程→木曜 9:15～10:45
- 参加料→6,600円
- 定員→80名
- 対象→16歳以上
- 会場→第2体育室

⑫

金曜卓球

- 日程→金曜 13:00～14:45
- 参加料→8,500円
- 定員→84名
- 対象→16歳以上
- 会場→第1体育室

⑫

はつらつ

- 日程→金曜 11:15～12:15
- 参加料→4,500円
- 定員→87名
- 対象→60歳以上
- 会場→第2体育室

⑫

金曜ベリーダンス

- 日程→金曜 18:00～18:50
- 参加料→7,500円
- 定員→17名
- 対象→16歳以上
- 会場→研修室

⑫

幼児体操(年中)

- 日程→水曜 14:30～15:30
- 参加料→4,950円
- 定員→各40名
- 対象→年中
- 会場→第2体育室

⑫

太極拳

- 日程→金曜 9:00～10:15
- 参加料→6,000円
- 定員→86名
- 対象→16歳以上
- 会場→第2体育室

⑫

達筆への道

- 日程→月曜 11:15～12:45
- 参加料→3,500円
- 定員→17名
- 対象→16歳以上
- 会場→研修室

⑫

基礎体力づくり

- 日程→金曜 12:30～13:30
- 参加料→4,500円
- 定員→60名
- 対象→40歳以上
- 会場→第2体育室

⑫

幼児体操(年長)

- 日程→水曜 15:45～16:45
- 参加料→4,950円
- 定員→各40名
- 対象→年長
- 会場→第2体育室

⑫

調整骨盤セラティス

- 日程→火曜 10:00～10:50
- 参加料→5,400円
- 定員→17名
- 対象→16歳以上
- 会場→研修室

⑫

絵手紙

- 日程→火曜 11:10～12:45
- 参加料→3,750円
- 定員→17名
- 対象→16歳以上
- 会場→研修室

⑫

エンジョイ

- 日程→金曜 13:45～14:45
- 参加料→4,500円
- 定員→80名
- 対象→50歳以上
- 会場→第2体育室

⑫

入門! 体育塾

- 日程→土曜 9:15～10:30
- 参加料→6,600円
- 定員→50名
- 対象→小1～4年生
- 会場→第2体育室

⑫

木曜セラティス

- 日程→木曜 18:00～18:50
- 参加料→6,600円
- 定員→17名
- 対象→16歳以上
- 会場→研修室

⑫

やさしい筋力バランスUP

- 日程→金曜 10:25～11:05
- 参加料→3,800円
- 定員→60名
- 対象→50歳以上
- 会場→第2体育室

⑫



日程は裏面をご確認ください。

応募期間

5月18日(水)～5月31日(火)
5月31日(火) 当日必着

○応募方法○

①はがきにて応募

往信用 おもて うら

〒232-0061 横浜市南区大岡1-14-1
南スポーツセンター行

記入しないで
ください

スポーツセンター備え付けの応募ハガキをご利用の際は63円切手を添付下さい。

返信用おもて うら

切手 (郵便局で貼ってください)

・氏名
・住所
・郵便番号
・参加される方の

①参加教室
②氏名(フリガナ)、生年月日、年齢(学年)
③郵便番号、住所
④市外居住の方は、在勤、在学の勤務先、学校名
⑤電話番号
⑥過去1年間の参加有無

②結果のお知らせ

6月7日から発送いたします。
※お電話での当落確認は、ご遠慮ください。

③入金方法

6月22日(水)
までに施設にてご入金ください。

注意事項

- ・教室のご参加は、応募者ご本人のみとなります。
- ・ハガキ1枚につき1名1教室のみの応募とさせていただきます。
- ・応募者が定員を超えた場合は、抽選となります。
- ・市内在住、在勤、在学及び初参加の方(過去1年間に不参加の方を含む)を優先致します。
- ・同一教室への重複応募は、無効となります。
- ・教室参加者以外の入室は、ご遠慮ください。
- ・まわりの方に不快な思いや迷惑がかかる行為をする方のご参加は固くお断りいたします。
- ・健康面で不安な方は、医師に相談の上ご応募ください。
- ・天候等の影響により、休講・変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。

【お問い合わせ先】

横浜市南スポーツセンター
☎ 045-743-6341