



体育館・温水プール スポーツ教室の案内

◆体育協会主催

☎ 塩釜市体育協会 ☎ 362-1010 FAX362-1099

教室名	対象	曜日	時間	回数	定員	参加費	受付日時(先着順)
小学生スポーツ教室	小学2年生	月	16:15~17:30	10回	40人	3,000円	4/13(金)~
	小学3・4年生	木	17:00~18:15	20回	30人	8,000円	4/23(月)~
親子ふれあいスポーツ教室	親と子(2~4歳)の2人1組	金	10:00~11:30	20回	40組	6,000円 兄弟参加 9,000円	4/9(月)~
幼児スポーツ教室	年中・年長児	水	15:30~16:45	8回	30人	3,000円	4/28(土)~
3B体操教室	20歳以上	月	10:00~11:30	35回	100人	13,000円	4/11(水)10:00~10:30
シニア(壮年)スポーツ教室	55歳以上	水	13:30~15:00	20回	60人	5,000円	4/11(水)11:00~11:30
体質改善ヘルシー教室	20歳以上	月	19:15~20:30	20回	10人	8,000円	4/2(月)~
★ボールで健康教室	20歳以上	水	10:00~11:15	毎週	無	600円	当日受付
★からだ改善 エクササイズ	20歳以上	木	19:00~20:15	毎週	無	600円	当日受付
★とっても簡単! セラバンドで筋力アップ	20歳以上	/	10:00~11:30	月3回	無	300円	当日受付
★とっても簡単! ボールでエクササイズ	20歳以上	/	10:30~11:30	月2回	無	600円	前日まで電話か ファクスで

教室の日程などは変更になる場合があります。

★印の教室は1回ごとの受け付けです。

◆小中学生スポーツ教室(塩釜市体育協会各単協主催)

☎ 塩釜市体育協会 ☎ 362-1010

教室名	対象	曜日	時間	回数	定員	参加費	受付日時
小学生ミニバスケット ボール教室	小学3~6年生	土 ほか	15:00~17:00	半年	50人	教室により 異なります	4/28(土) 塩釜ガス体育館 研修室 14:00~
小学生柔道教室	未就学児~ 小学6年生	土	13:00~17:00	1年	無		
小学生からて教室	小学1~6年生	月	17:00~19:00	1年	20人		
バドミントンジュニア スクール	小学3~4年生	土	9:00~10:30	10回	30人		
	小学5~6年生		10:30~12:00	10回	30人		
小学生少林寺拳法教室	小学1~6年生	水	17:00~19:00	1年	無	教室内随時受付	

◆温水プール(ユープル)教室

☎ 塩釜市体育協会(温水プール・ユープル) ☎ 363-4501

教室名		曜日	定員	時間	申し込み・対象者・参加費
水泳教室	初級	水・木・土	8人	曜日により 異なる	対象者 16歳以上の男女 参加費 600円/回 ※回数券あり 申込方法 ①参加登録が必要(無料)。印鑑をお持ちください。 ②1回の参加登録ですべての教室を受講可。(受講期限は平成31年3月末) ③窓口で直接申し込み ※電話での申込不可
	中級	月・水・木・金	10人		
	上級	水・木・金	10人		
	マスターズ(初級)	月・金	10人		
	マスターズ(中級)		10人		
水中運動教室	基本編	月・水・土	20人		
	筋トレ編	木・金	20人		
	持久力編	水・土	20人		
	ウォーキング&ジョギング編	水・金	20人		
簡単ストレッチ&水中運動教室		月	20人		
アクアビクス		木	20人	11:00~11:45	
				19:30~20:15	
ヨーガ教室		月	20人	10:00~11:00	
		木		19:00~20:00	