

## 第2期 2025年度市民スポーツスクールご案内

### 申込期間： 7月17日～8月4日まで

#### 第2期 2025年度市民スポーツスクール申込要項

◆受講料 10回 4,000円

◆申込

駒ヶ谷マシジム受付にて申込書を提出してください。(申込書はマシジム受付にございます。)

※継続申込は1つのみ可能。前期の最終日にマシジム受付にて申込してください。

※新規申込も1つのみ可能。

※締め切り後、定員に達していないスクールは8月9日から随時受付します。

※応募多数の場合は抽選となります。

※当選された方

8月8日に当選番号をHP「お知らせ」・マシジム前掲示板・公式ライン・インスタに掲示致しますのでご確認ください。

お電話での問い合わせは8月8日 12:00以降にお願いします。

スクール名	会場	開催日時	対象者
ヨガエクササイズ① 講師:東	駒ヶ谷運動公園 フィットネススタジオ	9月3日～11月12日 毎週水曜日 11:15～12:45	18歳以上
ヨガエクササイズ② 講師:東	駒ヶ谷運動公園 フィットネススタジオ	9月3日～11月12日 毎週水曜日 13:20～14:50	18歳以上
頑張るシルバー体操 講師:芦田	駒ヶ谷運動公園 フィットネススタジオ	9月4日～11月6日 毎週木曜日 11:20～12:50	60歳以上 立位でのストレッチ・酸素運動
かんたんシルバー体操 講師:城谷	駒ヶ谷運動公園 フィットネススタジオ	9月2日～11月11日 毎週火曜日 11:15～12:45	60歳以上 簡単な筋トレ、ストレッチ、 ZUMBA@GOLD
ZUMBA@KIDS 講師:城谷	駒ヶ谷運動公園 フィットネススタジオ	9月3日～11月12日 毎週水曜日 17:05～17:50	小学生 1年生～6年生
親子体操教室 講師:上林	駒ヶ谷運動公園 体育館	9月4日～11月6日 毎週木曜日 15:15～16:45	満4歳～就学前児と その保護者
※親子体操は保護者1人につき子ども1人、親子の名前と子どもの年齢を記入しお申込みください。			

※上記はマシジム直通 電話番号 079-559-1278までお問い合わせ下さい

スポーツ吹矢 講師:松永	駒ヶ谷運動公園 体育館	9月4日～11月6日 毎週木曜日 13:15～14:45	18歳以上 初心者向き
-----------------	----------------	---------------------------------	-------------

※吹矢のみ体育館受付にて申込。お問い合わせは電話番号:079-565-7288まで

※9月10日(水)は休館日の為お休みです。

※教室開始2時間前の時点で警報が出ている場合は当日の教室を中止にします。

その際は予備日を設けておりませんので、あらかじめご了承ください。

(その他やむを得ず教室を開催できない場合も同様です。)