



令和6年度 第Ⅲ期 中スポーツセンター 定期スポーツ教室のご案内

4か月～3歳以下対象

教室名	回数	定員	開講期間	曜日	開講時間	受講料	講師	内容	申込締切日
モーニングヨガⅢ (託児付) (2～3歳児と保護者)	8回	6組 12名	1/7、1/14、1/21、1/28、2/18、 2/25、3/4、3/11	火	9:15～10:15	5,280円	ヨガ倶楽部・マハーンパドマ 柴田 美紀	運動の日常化や運動不足の解消を図る教室です。託児付なので子育て中の方も安心して参加していただけます。	12/11 (水)
やさしいピラティスⅢ (託児付) (2～3歳児と保護者)	8回	6組 12名	1/7、1/14、1/21、1/28、2/18、 2/25、3/4、3/11	火	10:30～11:30	5,280円	ピラティストレーナー 斎竹 裕子	身体機能の改善・健康増進に効果的な呼吸法を中心としたレッスンです。託児付なので子育て中の方も安心して参加していただけます。	
パパもママもリラックス ベビーマッサージ教室Ⅲ (4ヶ月～1歳未満児と保護者)	5回	15組 30名	1/16、1/23、1/30、2/13、2/20	木	9:30～10:00	1,650円	有限会社リープ インストラクター	ベビーマッサージは、赤ちゃんの体を優しく撫でたり動かしたりするマッサージです。赤ちゃんの心身の発達に良い影響を与え、またパパ・ママのストレスをやわらげる効果もあります。	
親子ピクス&パパ・ママのボディケアⅢ (1歳以上の未就園児と保護者)	5回	15組 30名	1/16、1/23、1/30、2/13、2/20	木	10:15～11:15	2,750円	有限会社リープ インストラクター	親子で一緒に楽しく体を動かしながら幼児期に必要な運動能力を獲得し、またパパ・ママの運動不足解消を図ります。	
おやこジャブジャブ水遊びⅢ (1歳6ヶ月以上の未就園児と保護者)	5回	10組 20名	2/21、2/28、3/7、3/14、3/21	金	10:30～11:30	3,900円	有限会社リープ インストラクター	水の快い刺激を受け、幼児の水慣れをはかりながら親子のふれあいの場を提供します。	

※ 申込締切日を過ぎた後に定員に空きがある場合、電話または窓口で追加募集を行います。

① 名古屋市電子申請サービスでお申し込みの方

⇒ 以下の二次元コードを読み取ってください。

モーニングヨガⅢ (託児付)	やさしいピラティスⅢ (託児付)	パパもママもリラックス ベビーマッサージ教室Ⅲ	親子ピクス&パパ・ママ のボディケアⅢ	おやこジャブジャブ 水遊びⅢ

② 往復はがきでお申し込みの方

⇒ 往復はがきでのお申し込みの場合は、以下の記入例を参考に、必要事項を記入のうえ中スポーツセンターまで郵送してください。
⇒ **申込締切日必着** (消印有効ではありません。) のため余裕を持ってご投函ください。

<往復はがき記入例>

◆往信表面	◆返信表面	◆返信表面	◆往信表面
〒460-0008 名古屋市中区栄一丁目 30番10号 中スポーツセンター	未記入	申し込みをされる方の 郵便番号、住所、氏名 抽選結果のお届け先です。	①教室名 ②参加者の氏名(ふりがな) ③年齢 ④性別(任意) ⑤住所 ⑥電話番号 ※親子対象の教室をお申し込みの方は、②、③、④について保護者とお子様の両方をご記入ください。

- 窓口でお申し込みの場合は、郵便番号、住所、氏名を明記した「はがき」をご持参ください。
- 同一人物による同一教室への重複したお申し込みは、無効となります。
- この教室はスポーツ・レクリエーション傷害補償制度を設けております。
- 応募者が定員を超えた教室は、申込締切日の翌日に抽選を行います。
- 名古屋市電子申請で申し込みの方には順次抽選結果に関するメールを送ります。
- 往復はがきで申し込みの方には抽選結果を郵送で通知いたします。



名古屋市中スポーツセンター
〒460-0008 名古屋市中区栄1丁目30番10号
指定管理者：(公財)名古屋市教育局スポーツ協会
Tel : 052-232-2327 FAX : 052-232-2364