

第1期定期スポーツ教室のご案内



5月開講の定期スポーツ教室です。
どの教室も初心者を対象としていますので、初めての方でも安心してご参加いただけます。
皆さまのご参加をお待ちしています！

- ＜申込方法＞ ①「往復はがき」もしくは「インターネット」にてお申込みください。（詳しくは裏面を参照してください）
② 定員を超えた場合は、抽選日に抽選を行います。

4月1日(火)～4月13日(日)必着です！

| 曜日 | 時間 | 教室名 | 募集対象 | 定員 | 実施時期 | 回数 | 参加料 | 会場 | 抽選日 | 指導者 |
|----|-------------|------------------------|------------------------|----------------------|--------------|----|--------|---------------|------|---------------------------------|
| 月 | 9:30～10:50 | ゆったりヨガ(前期) | 一般 | 60 | 5月12日～9月22日 | 9 | 4,500 | 第2競技場 | 4/15 | ヨガ倶楽部 マハーン・パドマ |
| | 15:40～16:30 | 幼児運動教室 ※2 | 4～6歳児 (年少～年長) | 年少15 年中15 年長20 | 5月12日～10月27日 | 10 | 7,000 | 第1競技場 | 4/14 | ライフスポーツ アドバイザー |
| | 16:35～17:45 | 子どもトータルスポーツ教室 | 小学1～4年生 | 50 | 5月12日～10月27日 | 10 | 7,000 | 第1競技場 | 4/14 | ライフスポーツ アドバイザー |
| 火 | 9:45～10:45 | 親子体操(幼児) ※1 | 2～3歳児と 保護者(2人1組) | 20組 | 5月13日～7月15日 | 10 | 5,500 | 軽運動室 | 4/15 | NPO法人 ママ・ふらす |
| | 11:00～11:45 | ベビーマッサージ & ママピクス ※1 | 2～12ヶ月児と 保護者(2人1組) | 25組 | 5月13日～7月15日 | 10 | 6,000 | 軽運動室 | 4/15 | NPO法人 ママ・ふらす |
| | 19:40～21:00 | 疲労回復!リラクソヨガ | 一般 | 40 | 5月13日～7月15日 | 10 | 3,300 | 軽運動室 | 4/15 | ヨガ倶楽部 マハーン・パドマ |
| 水 | 15:40～16:30 | 体操(プレキッズ) ※2 | 4～6歳児 (年少～年長) | 年少7 年中13 年長15 | 5月14日～7月16日 | 10 | 6,000 | 第2競技場 | 4/14 | ライフスポーツ アドバイザー |
| | 16:45～17:45 | 体操(キッズ) | 小学1～3年生 | 40 | 5月14日～7月16日 | 10 | 6,000 | 第2競技場 | 4/14 | ライフスポーツ アドバイザー |
| 木 | 9:20～10:20 | 親子ヨガ | 10ヶ月～2歳児と 保護者(2人1組) | 30組 | 5月8日～7月10日 | 10 | 5,500 | 第2競技場 | 4/15 | NPO法人 ママ・ふらす |
| | 10:30～11:50 | 朝ヨガ | 一般 | 70 | 5月8日～7月10日 | 10 | 3,300 | 第2競技場 | 4/15 | ヨガ倶楽部 マハーン・パドマ |
| | 10:30～11:50 | 朝ヨガ(託児付) ※1 | 一般 (1歳以上の 未就園児) | 5組 | 5月8日～7月10日 | 10 | 6,600 | 第2競技場 軽運動室 | 4/15 | ヨガ倶楽部 マハーン・パドマ 託児: ママ・ふらす |
| | 16:00～17:00 | 水泳(幼児) A ※2 | 4～6歳児 (年少～年長) | 20 | 5月8日～7月10日 | 10 | 7,000 | 温水プール | 4/14 | 名古屋水泳連盟 |
| | 17:10～18:10 | 水泳(小学生) A | 小学1～3年生 | 30 | 5月8日～7月10日 | 10 | 7,000 | 温水プール | 4/14 | 名古屋水泳連盟 |
| 金 | 9:05～10:25 | 健康体操A | 一般 | 65 | 5月9日～7月18日 | 10 | 3,300 | 第2競技場 | 4/15 | 小俣友子 |
| | 10:35～11:55 | 健康体操B | 一般 | 65 | 5月9日～7月18日 | 10 | 3,300 | 第2競技場 | 4/15 | 小俣友子 |
| | 11:00～12:00 | 親子ジャブジャブ水遊び ※1 | 1～3歳児と 保護者(2人1組) | 15組 | 5月9日～6月27日 | 8 | 6,240 | 温水プール | 4/15 | 名古屋水泳連盟 |
| 土 | 9:00～10:00 | サタデースイミング | 小学1～6年生 | 20 | 5月10日～10月18日 | 18 | 13,500 | 温水プール | 4/14 | 名古屋水泳連盟 |
| | 10:10～11:10 | 水泳(小学生) B | 小学1～3年生 | 30 | 5月10日～7月12日 | 10 | 7,000 | 温水プール | 4/14 | 名古屋水泳連盟 |
| | 11:20～12:20 | 水泳(幼児) B ※2 | 4～6歳児 (年少～年長) | 20 | 5月10日～7月12日 | 10 | 7,000 | 温水プール | 4/14 | 名古屋水泳連盟 |

★お申込みの前に必ずご確認ください。

○以下の教室はAとB両方の申込み及び受講はできません。

【健康体操・水泳(幼児)・水泳(小学生)】

○朝ヨガ(託児付)は受講者1人に対して、お預かりできるお子さまは1人です。

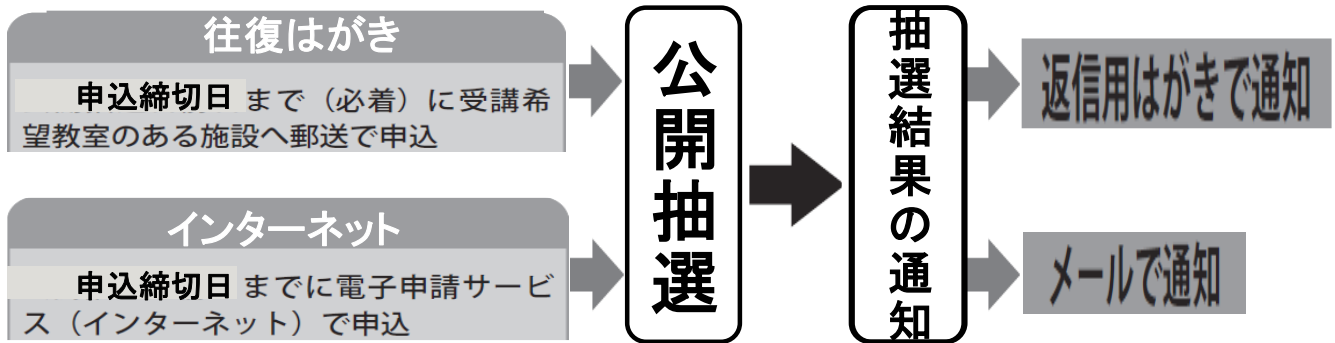
○親子ふれあい(幼児・赤ちゃん)はご兄弟を連れての受講はできません。

○幼児を対象とした教室の年齢について・・・※1の教室は教室初日に対象年齢に達している幼児、

※2の教室は今年度中に年少(4歳)・年中(5歳)・年長(6歳)となる幼児が対象です。



申込方法



申込方法

説明

はがき

往復はがきで申込

※ 申込締切日 までは、窓口でも申込できます。結果は、はがきでお知らせしますので、住所・氏名を明記した官製はがきをご用意ください。

- ・ 申込締切日 まで（必着）に往復はがきでお申し込みください。
- ・ はがき裏面（往信用）に①教室名、②氏名、③年齢（学年）、④郵便番号・住所、⑤電話番号、⑥保護者名をご記入ください。
- ・ 表面（返信用）には、申込者の住所・氏名を記入し、受講希望教室のある施設へ送付してください。（申込・問合せ先は下記をご覧ください。）
- ・ 定員を超えた場合は公開抽選です。
- ・ 受講料は、返信はがきに記載された期日までに各施設窓口でお支払いください。
- ・ はがき1枚につき1教室のお申し込みとなります。

ネット

インターネットで申込

- ・ 申込締切日までに名古屋市電子申請サービスでお申し込みください。※従来のものから新しくなりました。

アドレス：<https://ttzk.graffer.jp/city-nagoya>
※トップページにある『キーワードで手続きを探す』から、検索してください。

- ・ 受講料は、結果通知メールに記載された期日までに各施設窓口でお支払いください。

※同一教室への重複したお申し込みは無効となります。

※定員に達しない場合、申込締切後も受付（窓口受付・先着順）を行い、定員になり次第締め切ります。

※天候等やむを得ない理由により、開催日を変更する場合があります。

※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。

※お申し込み時の個人情報につきましては、当スポーツ教室の開催事務以外には使用いたしません。

※お申し込み後は、原則として当該教室の申込契約を解除できません。また、納入された受講料は原則としてお返できません。

名古屋市中村スポーツセンター

〒453-0053 名古屋市中村区中村町字待屋43番地の1

TEL 052(413)8021 FAX 052(413)8023

<https://www.nespa.or.jp>

指定管理者 （公財）名古屋市教育局スポーツ協会

