

《 第1期定期スポーツ教室のご案内 》

4月1日（火）より、5月から開講のスポーツ教室のお申込みが始まります。

- 第1期定期スポーツ教室（15教室）
- 自主教室（4教室）

- 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。
- 教室の種類や日程などの詳細につきましては、別紙案内チラシをご覧ください。
- 『インターネット（名古屋市電子申請サービス）』もしくは『往復はがき』にてお申し込みください。
- お申し込みの締め切りは、4月13日（日）必着です。

皆さまのご参加をお待ちしております！！



今月のレッスнтаイム

（1回ごとに気軽にご参加いただけます）

曜日	講座名	定員	対象	開催日	開催時間	受講料
月	みんなでDance Mix	30名	中学生以上	14・28日	18時30分～19時30分	300円
	ボディメンテナンス	30名	中学生以上	14・28日	19時45分～20時45分	300円
	フラッシュアップ講座 スクラップブック 大切な写真や家族の思い出を素敵なフォトスタンドにまとめましょう！	20名	一般	28日	10時00分～正午	1000円
水	エアロビクス（スタンダード）	35名	一般	2・9・16・23・30日	9時30分～10時30分	300円
	エアロビクス（ストレッチ）	40名	一般	2・9・16・23・30日	10時45分～11時45分	300円
	水泳ワンポイントアドバイス	10名	一般	2・9・16・23・30日	11時00分～12時00分	無料

※水泳ワンポイントアドバイスの受付方法については施設にお問合せください。（プール入場料は必要）

※対象「一般」とは、15歳以上（中学生を除く）に限ります。

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

指定管理者（公財）名古屋市教育スポーツ協会 ホームページ <https://www.nespa.or.jp/>

