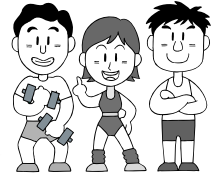


スポーツの秋 受講生募集

体育館スポーツ講座

《詳細》体育館 (〒050-0073 宮の森町4-1-43) ☎④7521
 ※いずれも料金のほかに、入館料 (小・中学生30円、一般130円)が必要です。



女性スポーツサークル (第2期)

対象 市内に住む女性と65歳以上の男性
 期間 10月第2週～3月末
 時間 10時～12時
 申込方法 9月16日まで、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、希望種目(コース)、経験年数を記入し、往復はがきで(返信用にも住所、氏名を記入)
 ※定員を超えた種目は、9月17日14時から体育館で行う公開抽選で受講者を決定します。



はつらつエクササイズ (秋期)

期間 10月～12月 (火・金曜日各コース8回)
 時間 13時30分～15時
 定員 各先着40人
 料金 3,000円 (任意保険は別途1,605円)
 申込方法 9月22日から、体育館に備え付けの用紙に料金を添えて直接



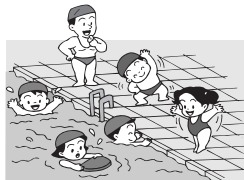
種目(1人1種目)	曜日	定員	料金
スポンジテニス	火・木	100人	5,500円
卓球	Aコース(中級)	30人	5,000円
	Bコース(初級)	60人	
バドミントン	水・金	50人	5,500円
ミニバレー (経験5年程度まで)	水・金	20人	4,500円
健康体操 (参加したい曜日を記入してください。参加は週1回です。)	火	各100人	2,200円
	水		
	木		
	金		

こども体育教室 (第3期)

期間 10月15日～12月17日 (水曜日全10回)
 対象と時間 小学1・2年生…15時5分～16時5分
 小学1～3年生…16時15分～17時15分
 定員 各10人 (定員を超えた場合は抽選)
 料金 3,000円 (任意保険は別途605円)
 申込方法 9月22日から30日まで、体育館に備え付けの用紙で

入江プールスポーツ教室 (後期)

《詳細》入江温水プール ☎・FAX ②2466
 期間 10月6日～平成21年3月23日
 会場 入江温水プール



種目(対象)	曜日	時間	内容	定員
プールキッズ (5・6歳の未就学児童)	月・水・金曜日 のいずれか	15時～16時	水慣れ、けのびからクロールを目標に	各15人
プールジュニア (小学1・2年生)	月・木曜日 のいずれか	15時～16時30分	水慣れ、バタ足からクロールまで	各15人
体操教室 (小学1・2年生)	月曜日	16時～17時	マットや跳び箱などの器械運動	10人
アクアエクササイズ(一般)	水曜日	14時～15時	水中でのストレッチやウォーキングなど	20人

※いずれも定員を超えた場合は抽選。
 料金 1か月2,000円 (別途、保険料として幼児・小学生500円、一般1,500円が必要)
 申込方法 9月18日まで、入江温水プール、体育館に備え付けの用紙で入江温水プールに申し込み

げんき館ペトトル アクアエクササイズ教室

対象 20歳以上
 会場 げんき館ペトトル
 期間 10月2日～11月27日 (月・木曜日全16回)
 コースと時間 ①シェイプアクア(ダイエット、体脂肪燃焼) 9時55分～10時55分、②ヘルシーアクア(基礎体力向上、ひざ・腰痛予防) 11時5分～12時5分、③どちらのコースでもよい
 ※2コース続けての受講はできません。
 定員 各25人 (定員を超えた場合は抽選)
 受講料 6,400円 (保険料含む)
 ※別途、プール利用料 (1回につき360円)が必要。
 申込方法 9月15日まで、直接または住所、氏名、性別、年齢、生年月日、電話番号、経験の有無、希望コースを記入し、はがきで



《詳細》げんき館ペトトル
 (〒050-0051 石川町20-3) ☎⑤3443
 開館時間 13時～20時 (水曜日は休館日)