

スポーツ教室（入門・中級）

①入門

スポーツの基礎知識や基本動作を身に付ける初心者向けの教室です。

区	会場	教室名	期間	時間	回数	対象	定員(人)	料金(円)
中央	YohaSアリーナ ～本能に、感動を。～	合気道&護身術	10/4～11/29（10/18を除く）の水曜日	10:00～12:00	8	15歳以上	30	2,100
		キッズショートテニス	10/11～11/1の水曜日	17:30～19:00	4	小学生	30	900
		卓球	10/11～12/13の水曜日	13:30～15:30	10	15歳以上	25	2,400
	中央コミュニティセンター	実年スイミング	10/6～12/1（11/3を除く）の金曜日	10:00～12:00	8	60歳以上	30	2,000
	千葉ポートアリーナ	かんたんエアロ&ストレッチ	10/11～11/1の水曜日	13:30～15:00	4	15歳以上	20	1,300
		コンディショニングストレッチ	10/12～11/2の木曜日	10:00～11:30	4	15歳以上	20	1,300
	青葉の森スポーツプラザ	テニス	10/16～12/4の月曜日	13:00～15:00	8	15歳以上	30	2,200
千葉市ハーモニープラザ	ボッチャ	11/1～15の水曜日	10:00～11:30	3	15歳以上	20	500	
稲毛	宮野木スポーツセンター	バドミントン	10/5～12/14（11/23を除く）の木曜日	10:00～12:00	10	15歳以上	35	2,600
若葉	中田スポーツセンター	テニス	10/3～11/21の火曜日	13:00～15:00	8	15歳以上	30	2,200
	北谷津温水プール	レディーススイミング	10/3～11/21の火曜日	13:00～15:00	8	15歳以上	30	2,600
		キッズスイミング	10/28～11/25の土曜日	13:00～14:30	5	小学生	30	600
	みつわ台第2公園スポーツ施設	バドミントン	10/4～12/13（10/18を除く）の水曜日	13:30～15:30	10	15歳以上	35	2,600
		実年卓球	10/10～12/12の火曜日	13:30～15:30	10	60歳以上	25	1,800
千城台コミュニティセンター	はじめての太極拳	10/24～11/14の火曜日	13:15～14:45	4	15歳以上	30	500	
緑	有吉公園スポーツ施設	実年テニス	10/6～12/1（11/3を除く）の金曜日	13:00～15:00	8	60歳以上	30	1,600
	古市場公園スポーツ施設	バドミントン	10/6～12/15（11/3を除く）の金曜日	10:00～12:00	10	15歳以上	35	2,600
	鎌取コミュニティセンター	実年健康体操	11/1～12/20の水曜日	13:15～14:45	8	60歳以上	30	1,000
美浜	稲毛海浜公園スポーツ施設	テニス	10/4～11/22の水曜日	13:00～15:00	8	15歳以上	30	2,200
	磯辺スポーツセンター	卓球	10/5～12/14（11/23を除く）の木曜日	13:30～15:30	10	15歳以上	25	2,400
	高洲コミュニティセンター	はじめての気功	10/18～11/8の水曜日	9:15～10:45	4	15歳以上	20	500
	高洲スポーツセンター	キッズ卓球	10/20～11/17（11/3を除く）の金曜日	17:30～19:00	4	小学生	25	900
	真砂コミュニティセンター	実年健康体操	10/24～12/12の火曜日	13:30～15:00	8	60歳以上	40	1,000
		キッズ親子体操	10/28～11/18の土曜日	9:45～10:45	4	3歳以上の就学前児と保護者	20(10組)	1,400
		ヨガ	11/10～12/1の金曜日	9:15～10:45	4	15歳以上	25	500
	稲毛ヨットハーバー	キッズランニング	10/28～11/18の土曜日	10:00～11:30	4	小学生	20	500
ランニング		10/28～11/18の土曜日	10:00～11:30	4	15歳以上	20	1,000	

②中級

基本技術を習得している方向けに、さらなる技術向上を目的とした教室です。

会場	教室名	期間	時間	回数	対象	定員(人)	料金(円)
稲毛海浜公園スポーツ施設	中級テニス	11/6～来年1/22（1/1・8を除く）の月曜日	13:00～15:00	10	18歳以上	20	3,500
宮野木スポーツセンター	中級バドミントン	11/7～来年1/16（1/2を除く）の火曜日	13:30～15:30	10	18歳以上	20	3,800
高洲スポーツセンター	中級卓球	11/9～来年1/25（11/23・12/28を除く）の木曜日	13:30～15:30	10	18歳以上	20	3,800
YohaSアリーナ ～本能に、感動を。～	中級卓球	11/10～来年2/2（11/17、12/29、1/19を除く）の金曜日	10:00～12:00	10	18歳以上	20	3,800
磯辺スポーツセンター	中級バドミントン	11/11～来年1/20（12/30を除く）の土曜日	10:00～12:00	10	18歳以上	20	3,800

申込方法 ①9月15日(金)、②10月15日(日)必着。往復はがき（1人1教室）に必要事項(11面)のほか、会場名、ボッチャ希望の方は障害者手帳の有無を明記して、〒260-0025中央区問屋町1-20千葉市スポーツ協会へ。E@sanka@chibacity.spo-sin.or.jpも可。重複申し込み無効

注意

- 対象が15歳以上の教室は、中学・高校生は受講不可。
- 返金不可。 ・用具は各自で用意（小学生を除く）。
- 都合により、日程・内容の変更、中止の可能性あり。
- 子どもを連れての受講不可（親子体操を除く）。
- 申し込み時点で治療中の方は、申し込み前に医師と要相談。
- 障害者手帳をお持ちの方は、ボッチャの料金免除。

問市スポーツ協会 ☎238-2380 ☎203-8936

運動不足が気になる方、気になっていたスポーツがある方など、この機会に挑戦してみませんか？体を動かすと心もスッキリしますよ！



編集担当 Z