

2021年度 千種スポーツセンター第3期スポーツ教室

千種スポーツセンターHP

【申込期間】 11月15日(月)10:00 ~ 11月28日(日) 18:00まで

【結果発表】 12月8日(水) 10:00 ~ (定員を超えた場合は抽選)



感染症拡大状況により、定員数の変更や開講延期・中止となる場合がございます。

【お子様向けの教室】

コード	教室名	施設	対象	曜日	期間	回数	定員	料金	内容
CG180	ベビーマッサージ&産後ボディメイクⅢ	軽運動場	2ヶ月~1歳未満の乳児と保護者	水曜日 10:45~11:45	1/12~3/30	10	30組	5,250円	ベビーマッサージとママのポディーライン矯正のための運動を行います。ストレス解消にもオススメです。
CG182	キッズ体操Ⅲ	2 競技場	年少~年長	水曜日 15:30~16:30	1/12~3/16	8	50名	4,200円	マット、跳び箱、鉄棒を主体に身体を元気に動かします。
CG183	わんぱくジュニア体操Ⅲ		小学1年~4年生	水曜日 16:45~17:45	1/12~3/16	8	50名	4,200円	マット、跳び箱、鉄棒を使った、運動表現を取り入れたりして、体操指導を行います。

【お子様向けの水泳教室】

コード	教室名	施設	対象	曜日	期間	回数	定員	料金	内容
CP187	キッズ水遊びⅢ A	プール	年少~年長	火曜日 15:30~16:30	1/11~3/15	10	20名	6,300円	遊具を用いて楽しく遊びながら水慣れを行います。
CP188	ジュニア水泳Ⅲ A ~水慣れから泳ぎの基礎まで~		小学1年~3年生	火曜日 16:30~17:30	1/11~3/15	10	20名	6,300円	水慣れから泳ぎの基礎の指導を行います。
CP189	ジュニア水泳Ⅲ B ~泳ぎの基礎からクロールまで~		小学4年~6年生	火曜日 17:30~18:30	1/11~3/15	10	20名	6,300円	泳ぎの基礎からクロールまでの指導を行います。
CP191	親子 de ハッピー水遊びⅢ		6ヶ月以上の乳幼児と保護者	水曜日 10:00~11:00	1/12~3/23	10	15組	6,300円	親子のスキンシップをはかりながら、楽しく水慣れしていきます。
CP192	キンダー水遊びⅢ		2歳以上の未就園児	水曜日 11:00~12:00	1/12~3/23	10	10名	6,300円	遊具やおもちゃを用いて楽しく遊びながら水慣れを行います。
CP195	キッズ水遊びⅢ B		年少~年長	木曜日 15:30~16:30	1/13~3/17	10	20名	6,300円	遊具を用いて楽しく遊びながら水慣れを行います。
CP196	ジュニア水泳Ⅲ C ~水慣れから泳ぎの基礎まで~		小学1年~3年生	木曜日 16:30~17:30	1/13~3/17	10	20名	6,300円	水慣れから泳ぎの基礎の指導を行います。

【一般の方向けの教室】

コード	教室名	施設	対象	曜日	期間	回数	定員	料金	内容
CG177	生活習慣病を予防しよう	軽運動場	一般	火曜日 10:00~11:00	1/11~2/8	5	20名	3,150円	規則正しい運動が生活習慣病予防につながります。
CG179	仕事帰りにエアロⅢ	2 競技場	一般	火曜日 19:30~20:30	1/11~3/15	8	50名	1回330円	初心者の方から大丈夫、楽しくエアロピクスを行います。仕事帰りのストレス発散にもオススメです。
CG178	免疫力アップで健康に	軽運動場	一般	火曜日 10:00~11:00	2/15~3/15	5	20名	3,150円	癌、生活習慣病などの予防のため免疫力を向上させる整腸体操を行います。
CG181	ヒーリングヨガⅡ (託児付)	2 競技場	一般 (託児は2歳以上の未就学児)	水曜日 13:00~14:00	1/12~3/30	10	60名	3,150円 託児は別途1,590円	癒し効果のある音楽の中でヨガを行います。
CG184	創美ヨガⅢA	軽運動場	一般	水曜日 18:45~19:45	1/12~3/16	8	30名	1回330円	美しい姿勢・身体づくりを目指しヨガを行います。 ※「創美ヨガⅢB」は同日程の20:00~21:00に開講します。
CG186	転倒予防教室	軽運動場	高齢者	木曜日 13:00~14:00	1/13~2/10	5	20名	3,150円	転倒を予防する歩き方、姿勢矯正、健康回復などのための運動を行います。
CG185	ソフトテニス (託児付)	第1競技場	一般 (託児は2歳以上の未就学児)	木曜日 9:45~11:45	1/6~3/24	10	40名	6,840円 託児は別途1,590円	初心者の方でも大丈夫。基礎から動作を取得します。

【一般の方向けの水泳教室】

コード	教室名	施設	対象	曜日	期間	回数	定員	料金	内容
CP185	レベルアップスイミングⅢ	プール	一般	月曜日 10:00~11:00	1/17~3/28	10	15名	5,770円	平泳ぎ・バタフライを中心にレッスンをを行います。
CP186	障がい者スポーツ (プールでの水中運動)		身体障がい者 (中学生以上で身体障がい者 手帳をお持ちの方)	月曜日 16:00~17:00	2/14~3/14	5	5名	0円	水中運動の指導を行います。
CP190	やさしいアクアピクス		一般	火曜日 19:00~20:00	1/11~3/15	10	15名	1回620円	初心者でも大丈夫！楽しくアクアピクスを行います。
CP193	アクアコアⅢ		一般	水曜日 19:00~20:00	1/12~3/23	10	15名	1回620円	体幹(コア)引き締めを目的としたアクアピクスを行います。
CP194	成人水泳Ⅲ		一般	木曜日 14:00~15:00	1/13~3/17	10	15名	5,770円	泳ぎの基礎からクロール・背泳ぎまでを行います。