

# 2022年度 千種スポーツセンター第2期スポーツ教室

千種スポーツセンターHP

【申込期間】7月16日(土) 10:00 ~ 7月31日(日) 18:00まで

【結果発表】8月10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
CG197	ベビーマッサージ&産後ボディメイクⅡ	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	9/7~11/9	10	30組	5,250円	ベビーマッサージとママのボディ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。
CG199	キッズ体操Ⅱ	第2競技場	年少~年長	水曜日 15:30~16:30	9/7~11/9	8	50名	4,200円	マット、跳び箱、鉄棒を中心に身体を元よく動かします。
CG200	わんぱくジュニア体操Ⅱ		小学1年~4年生	水曜日 16:45~17:45	9/7~11/9	8	50名	4,200円	マット、跳び箱、鉄棒を使ったり、運動表現を取り入れたりして、体操指導を行います。

## 【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
CG195	健康寿命を延ばそう	軽運動場	高齢者	火曜日 10:00~11:00	9/6~11/8	10	20名	3,150円	体力測定を行ったり、健康についての講話・運動を行います。
CG196	仕事帰りにエアロⅡ	第2競技場	一般	火曜日 19:30~20:30	9/6~11/8	8	50名	1回330円	初心者の方から大丈夫、楽しくエアロビクスを行います。仕事帰りのストレス発散にもオススメです。
CG198	ヒーリングヨガⅠ(託児付)		一般 (託児は2歳以上の未就学児)	水曜日 13:00~14:00	9/7~11/9	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。
CG201	創美ヨガⅡA	軽運動場	一般	水曜日 18:45~19:45	9/7~11/9	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ⅡB」は同日程の20:00~21:00に開講します。
CG202	フラダンス		女性	木曜日 10:00~11:30	9/1~11/10	10	55名	5,250円	初めてフラダンスを行う方を対象に基礎からレッスンします。
CG203	健康ピラティスⅡ(託児付)	第2競技場	一般 (託児は2歳以上の未就学児)	土曜日 9:15~10:15	9/10~11/12	10	60名	3,150円 託児は別途1,590円	骨盤のゆがみを無理なく矯正、体幹を鍛える運動を行います。
CG204	健康体操Ⅱ		一般	土曜日 10:30~11:30	9/10~11/12	10	60名	3,150円	健康増進、体力向上のための体操を行います。血行をよくし、気分もスッキリ。
CG205	アーチェリーⅡ	アーチェリー場	一般	土曜日 13:00~15:00	9/10~10/29	8	30名	4,200円	初めてアーチェリーを行う方を対象に基礎からレッスンします。