令和8年度　スポーツ・健康教室のご案内

西野公園体育館、東野公園体育館、関B＆G海洋センターで、10月からはじまるスポーツ・健康教室のご案内です。

受付申込開始日時

対象が子どもの教室	9月5日(土)午前8時30分
対象が18歳以上の人、60歳以上の人の教室	9月8日(火)午前8時30分

西野公園体育館　82-1144

教室名	曜日	回数	区分	場所	対象者	定員	参加費
太極拳教室	木曜日	15回	午後	会議室	18歳以上の人	15人	8,250円

東野公園体育館　83-1888

教室名	曜日	回数	区分	場所	対象者	定員	参加費
バランスボールでエクササイズ	月曜日	10回	午前	会議室	18歳以上の人	15人	5,000円
子育てママのバランスボールでエクササイズ	月曜日	10回	午前	会議室	生後4カ月～3歳までのお子さんとその母親	10組	4,800円 8回チケット制
笑って楽しく健康体操 ～介護予防のために～	火曜日	20回	午前	会議室	60歳以上の人	15人	9,000円
姿勢改善エクササイズ	火曜日	20回	午後	会議室	18歳以上の人	20人	9,000円
からだのゆがみ整え体操	火曜日	20回	午後	会議室	18歳以上の人	20人	9,000円
大人のチア	火曜日	18回	夜間	会議室	18歳以上の女性	15人	9,000円
体幹エクササイズ①　9時～	水曜日	20回	午前	会議室	18歳以上の人	15人	9,000円
体幹エクササイズ②　10時10分～	水曜日	20回	午前	会議室	18歳以上の人	15人	9,000円
体幹エクササイズ③　11時20分～	水曜日	20回	午前	会議室	18歳以上の人	15人	9,000円
リラクゼーションヨガ	水曜日	20回	夜間	会議室	18歳以上の人	20人	10,000円
ポールでのびのびストレッチ	木曜日	20回	午前	会議室	18歳以上の人	15人	9,000円
はじめてのストレッチポール	木曜日	20回	午前	会議室	18歳以上の人	15人	9,000円
ピラティス教室	第1・3木曜日	12回	夜間	会議室	18歳以上の人	20人	6,000円
健康いきいきヨガA　9時半～	金曜日	20回	午前	会議室	18歳以上の人	20人	9,000円
健康いきいきヨガB　10時45分～	金曜日	20回	午前	会議室	18歳以上の人	20人	9,000円
体幹バランスボール＆ストレッチ	金曜日	18回	夜間	会議室	18歳以上の人	15人	9,000円
ヒップホップリトル	土曜日	18回	午前	会議室	年長～小学2年生	15人	10,800円
ヒップホップジュニア	土曜日	18回	午前	会議室	小学3～6年生	15人	10,800円
ヒップホップStep Up	土曜日	18回	午前	会議室	小学3～6年生のヒップホップ受講経験者	15人	12,600円

関B＆G海洋センター　📞96-1010

教室名	曜日	回数	区分	場所	対象者	定員	参加費
幼児短期水泳教室	月曜日	6回	午後	プール	4歳～未就学児	10人	6,900円
キッズ短期水泳教室	月曜日	6回	午後	プール	5歳～小学1年生	10人	6,900円
ジュニア短期水泳教室	月曜日	6回	午後	プール	小学2～6年生	10人	6,900円
幼児短期水泳教室	金曜日	6回	午後	プール	4歳～未就学児	10人	6,900円
キッズ短期水泳教室	金曜日	6回	午後	プール	5歳～小学1年生	10人	6,900円
ジュニア短期水泳教室	金曜日	6回	午後	プール	小学2～6年生	10人	6,900円
ズンバ教室	月曜日	15回	夜間	トレーニングルーム	18歳以上の人	25人	7,500円
リンパストレッチ教室	火曜日	10回	午後	トレーニングルーム	18歳以上の人	30人	4,500円
クロール・背泳ぎ教室★	水曜日	4回	午前	プール	18歳以上の人	15人	2,500円
平泳ぎ・バタフライ教室★	水曜日	4回	午前	プール	18歳以上の人	15人	2,500円
SUPヨガ教室★	金曜日	5回	午前	プール	18歳以上の人	10人	7,000円
親子SUP教室★	土曜日	1回	午前	プール	小学4年生以上と保護者	5組	700円
★は短期教室のためスポーツ保険への加入は不要です。参加費はイベント保険料込みとなります。							

申込

▷**申し込みは本人限ります（ただし、家族に限り代理申込可。家族以外の代理申込は不可)。**

▷**各教室定員になり次第、申込受付を締め切ります。**

▷参加費、スポーツ安全保険料を持参の上、教室を開催する施設へ直接お申し込みください。

その他

▷詳しい日程表は、申込受付時にお渡しします。
▷教室によっては最小催行人数を設定しています。
▷スポーツ安全保険の会員証(加入証明)をお持ちの人は、１回/700円で各教室の各回に参加できます。
（定員の関係で参加できない教室あり）
※詳しくは、教室を開催する施設へ直接お問い合わせください。

●スポーツ安全保険について

▷教室に参加するには、スポーツ安全保険への加入が必要です。
▷申し込みの際に、保険加入を証する会員証を発行します。
▷加入後は、各施設で実施するすべての教室で保険が適用されるため、参加費のみで受講できます。
▷保険の有効期間は年度末(令和9年3月末)までです。

保険料（年間）①18歳～64歳…2,000円　※令和８年度より値上げとなっております
②65歳以上…1,200円
③子ども(中学生以下)…800円

問合先（指定管理者：三幸・スポーツマックス共同事業体）

西野公園体育館（📞82-1144）　東野公園体育館（📞83-1888）

関Ｂ＆Ｇ海洋センター（📞96-1010）