

中央体育館

こども教室 募集案内



オンライン
申込フォーム

2025年
秋 10・11・12 月開催
の教室

産後ヨガwithベビー【全10回】

- [開催] 10/9～12/11 毎週木曜
- [時間] 10:00～11:00
- [対象] 2ヶ月～ハイハイ前(申込時)の乳児と母親
- [定員] 12組
- [受講料] 5,000円/組
- [会場] 4階・会議室
- [申込期間] 8/15(金)～9/24(水)
- [指導] 西山 朱美



赤ちゃんと一緒に動きながら親子のきずなを深め、楽しみながら身体づくり!深い呼吸により自律神経のバランスも整います。

親子体操【全8回】

- [開催] 10/20～12/22 毎週月曜
※11/3、11/24は休み
- [時間] ①10:00～10:50
②11:00～12:00
- [対象] ①1歳半～2歳半とその保護者
②2～5歳とその保護者
※保護者1人につきこども1人
スタート日に月齢に達している事
- [定員] ①②各20組
- [受講料] 各4,000円/組
- [会場] 第2格技場(床)
- [申込期間] 8/15(金)～10/6(月)
- [指導] 竹入 樹



様々な器具を使い走る・跳ぶ・つかむ・投げるなどの基礎運動能力を遊びを通して育てます。



フットサルスクール【全9回】

★屋内だから雨でも安心★広い体育館で元気に動こう!!

- [開催] 10/6～12/22 毎週月曜
※10/13、11/3、11/24は休み
- [受講料] 各4,500円
- [会場] 競技場
- [申込期間] 8/15(金)～9/22(月)
- [指導] 目黒区サッカー協会

《ジュニア 小学1・2年生》

- [時間] 16:40～17:40
- [対象] ①小学1年生 ②小学2年生
- [定員] ①20人 ②20人

基礎の習得とレベルアップを目指しながら、ゲームを楽しみます!

《キッズ 年中・年長》

- [時間] 15:40～16:30
- [対象] 4～6歳の未就学児(年中・年長)
- [定員] 40人

これからフットサルを始めたい!
元気に走りたい!
ボール遊びから入り楽しく体を動かします。



《U12 小学3～6年生》

- [時間] 17:50～18:50
- [対象] 小学3～6年生
- [定員] 40人



体操【全10回】

< キッズ・ジュニア >

- [開催] 10/22～12/24 毎週水曜
- [時間] ①16:00～17:00
②17:15～18:15
- [対象] ①キッズ[5・6歳/年中・年長]
②ジュニア[小学1～3年生]
- [定員] ①20人 ②25人
- [受講料] 各5,000円
- [会場] 競技場
- [申込期間] 8/15(金)～10/6(月)
- [指導] こどもみらい体操教室



体操が初めて運動が苦手でも大丈夫!
楽しみながら基礎から始める鉄棒・マット・跳び箱の教室です。

バトン【全10回】

< キッズ・ジュニア >

- [開催] 10/22～12/24 毎週水曜
- [時間] ①16:00～17:00
②17:15～18:15
- [対象] ①キッズ[5・6歳/年中・年長]
②ジュニア[小学1～3年生]
- [定員] ①20人 ②25人
- [受講料] 各5,000円
- [会場] 競技場
- [申込期間] 8/15(金)～10/6(月)
- [指導] 目黒区バトン協会



バトントワリングの基本動作を練習しながらリズムに合わせてみんな楽しくおどります♪

キッズフラダンス【全10回】

- [開催] 10/23～12/25 毎週木曜
- [時間] 16:45～17:45
- [対象] 4歳～小学3年生
- [定員] 18人
- [受講料] 5,000円
- [会場] 3階・会議室
- [申込期間] 8/15(金)～10/6(月)
- [指導] 熊澤 佳代・島原 美香



全10回を通して1曲の振り付けを完成させます。
楽しく元気におどりましょう♪

