

# 体育館の 教室・イベント

場内各体育館

この他にも募集している教室などがある場合があります。  
詳細は、区ををご覧くださいか、お問い合わせください。

区、ハガキ・FAX(希望教室・イベント名、時間を選ぶものは希望時間、住所、氏名〈ふりがな〉、電話・FAX、年齢、性別、学年、在勤・在学・在園者は所在地・名称を記入)で、申込期限(必着)までに、希望体育館へ。窓口申し込み可

- ※介助が必要な場合は介護者同伴
- ※費用は保険料などを含む
- ※保護者1人につき子ども1人
- ※未就学児は保護者同伴



## ● 駒場体育館 (〒153-0041駒場2-19-39、☎3485-7761、☎3485-3926)

教室名など	日時	対象	定員(抽選)	費用	申込期限
幼児水泳教室	5月7日～7月16日(6月25日を除く)の毎週水曜日 15:00～15:50(全10回)	おむつの取れた3歳以上の未就学児	40人	5,000円	4月29日
小学生水泳教室	5月7日～7月16日(6月25日を除く)の毎週水曜日 ①16:00～16:55②③17:00～17:55(各全10回)	25mを泳げない①小学1・2年生②小学3～6年生③クロールで25m以上泳げる小学3～6年生	①35人 ②24人 ③12人	5,000円	4月27日
ふれあい水中運動教室	5月15日～6月19日の毎週木曜日10:00～10:50(全6回)	身体に障害のあるかた(介助者参加可)	15人	300円 (介助者無料)	5月7日
フットサル教室	5月16日～7月18日の毎週金曜日 ①②15:30～16:20③④16:30～17:25 ⑤⑥17:35～18:30(各全10回)	①令和2年4月～3年3月生まれ②平成31年4月～令和2年3月生まれ③小学1年生④小学2年生⑤小学3年生⑥小学4～6年生	各15人	5,000円	4月30日
初心者剣道教室	5月17日～7月5日の毎週土曜日16:00～17:30(全8回)	小学生以上	20人	4,000円	4月30日
知的障がい者スポーツ教室 ～バスケットボール	5月24日(土)9:30～11:30	1人で参加できる知的障害のある小学生以上	5人	250円	5月17日
初心者子ども水泳教室	6月5日～7月17日(6月26日を除く)の毎週木曜日 16:00～17:30(全6回)	25mを続けて泳げない小学生	50人	1,200円	5月7日

## ● 区民センター体育館 (〒153-0063目黒2-4-36、☎3711-1139、☎3711-2594)

教室名など	日時	対象	定員(抽選)	費用	申込期限
バレエ教室(初級)	5月17日～7月5日の毎週土曜日17:45～18:45(全8回)	16歳以上	20人	4,000円	4月25日
気功・太極拳教室	6月4日～7月23日の毎週水曜日15:00～16:00(全8回)	16歳以上	30人	4,000円	5月14日
はじめてのバレエエクササイズ教室	6月5日～7月24日の毎週木曜日12:15～13:15(全8回)	16歳以上	20人	4,000円	5月15日
ウォーキング&ノルディックウォーク (ポールを使ったウォーキング)教室	6月5日～26日の毎週木曜日12:30～13:30(全4回)	16歳以上	10人	2,000円	5月15日
夜間のリラックスヨガ教室	6月6日～27日の毎週金曜日20:15～21:15(全4回)	16歳以上	30人	2,000円	5月16日
スポーツ広場体験会 (ミニバレーなど)	6月7日(土)9:00～11:30	小学生以上	10人	無料	5月16日
60代から始めるヨガ	6月10日～7月29日の毎週火曜日12:00～13:00(全8回)	おおむね60歳以上	30人	4,000円	5月20日
水あそびマスター教室 (水難事故から身を守る方法)	6月14日(土)11:00～11:55	小学生	10人	500円	5月23日

## ● 碑文谷体育館 (〒152-0003碑文谷6-12-43、☎3760-1941、☎3760-1943)

教室名など	日時	対象	定員(抽選)	費用	申込期限
脂肪燃焼ダンス教室	月曜日	20歳以上	各15人	4,000円	4月30日
	土曜日			5,000円	
ダイナミックストレッチ	6月4日～8月6日の毎週水曜日11:30～12:30(全10回)	20歳以上	20人	5,000円	4月30日
自分磨きフィットネス	6月4日～8月6日の毎週水曜日13:00～14:00(全10回)	20歳以上	23人	5,000円	4月30日
体幹トレーニング	6月4日～8月6日の毎週水曜日14:30～15:30(全10回)	20歳以上	23人	5,000円	4月30日
ストレスケアのためのヨガ	6月5日～8月7日の毎週木曜日10:00～11:00(全10回)	20歳以上	20人	5,000円	4月30日
フローヨガ	6月5日～8月7日の毎週木曜日16:00～17:00(全10回)	20歳以上	15人	5,000円	4月30日
障害のあるかたのためのエンジョイ・ スポーツ教室	6月6・20日、7月4・18日の金曜日 13:30～14:30	障害のあるかた	なし	1回150円	4月30日
健康ダンス教室	6月12日～7月31日の毎週木曜日14:30～15:30(全8回)	55歳以上	10人	4,000円	4月30日
シェイプアップディスコ	6月13日～8月8日(7月11日を除く)の毎週金曜日 19:30～20:30(全8回)	20歳以上	15人	4,000円	4月30日

## ● 中央体育館 (〒152-0002目黒本町5-22-8、☎3714-9591、☎3714-9540)

教室名など	日時	対象	定員(抽選)	費用	申込期限
フランクソングによる講習会 (体の動きを向上させる運動)	5月22日(木)19:00～20:00	16歳以上	18人	500円	5月7日

## ● 八雲体育館 (〒152-0023八雲1-1-1 区民キャンパス内、☎5701-2984、☎5701-2985)

教室名など	日時	対象	定員(抽選)	費用	申込期限
親子のびのびフィットネス	5月19日～7月28日(7月21日を除く)の毎週月曜日 13:30～14:30(全10回)	自立歩行のできる1～3歳と保護者	20組	5,000円	5月10日
キッズ体操教室	5月19日～7月28日(7月21日を除く)の毎週月曜日 14:45～15:45(全10回)	4～6歳の未就学児	20人	5,000円	5月10日
健康運動指導士による「月イチ講座」 ～ほぐしの極意	5月21日(水)19:30～21:00	16歳以上	30人	500円	5月12日
ズンパ(ダンスフィットネス)	5月27日～6月24日の毎週火曜日11:15～12:00(全5回)	16歳以上	50人	2,500円	5月17日
ジュニア初心者テニス教室 (八雲体育館で実施)	5月27日～6月24日の毎週火曜日 ①16:00～16:55②17:00～17:55(各全5回)	①小学1・2年生 ②小学3～6年生	各28人	2,500円	5月15日