

# 体育館の 教室・ イベント



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。



## 掲載情報への申し込み方法

- 各申込期限までに、区Web/FAX/ハガキ(希望教室・イベント名〈時間を選ぶものは希望時間〉、郵便番号・住所、氏名〈ふりがな〉、電話・FAX、年齢、学年、在勤・在学・在園者は所在地・名称)/窓口
- 先各体育館

※介助が必要なかたは介護者同伴    ※費用は保険料などを含む    ※保護者1人につき子どもは1人

## 教室料金を改定します

昨今の運営におけるコスト上昇などの状況を踏まえ、区立スポーツ施設で行う教室・イベントの料金上限額を変更します。利用するかたへの影響を考慮し、現在1回当たり500円の料金上限額を、令和8年4月1日から600円に、令和9年4月1日から700円に段階的に変更します。

■スポーツ振興課計画指導係(☎5722-9317、FAX5722-9754)

変更前	500円
変更後	(令和8年度から)600円 (令和9年度から)700円



## 駒場体育館    〒153-0041駒場2-19-39、☎3485-7761、FAX3485-3926

教室名など		日程	時間	対象	定員	費用	申込期限
キッズフットサルフェスティバル		11月9日(日)	①12:50～13:50 ②14:00～15:00	①4歳以上の未就学児 ②小学1・2年生	各30人(先着)	無料	10月28日
知的障がい者スポーツ教室 バスケットボール		11月22日(土)	9:30～11:30	一人で参加できる知的障害のある小学生以上	5人(抽選)	250円	11月15日
テニスクリニック	ダブルスゲームを楽しもう	11月24日(休)	9:00～11:00	①18歳以上の男性②18歳以上の女性 ③60歳以上のテニス経験者	各15人(抽選)	無料	11月6日
	ジュニアテニスレッスン		11:00～13:00	小学3～6年生	30人(抽選)		
	親子で楽しむ簡単テニス		①11:05～12:05 ②12:10～13:10	①4歳以上の未就学児と保護者 ②小学1・2年生と保護者	各10組(抽選)		
	苦手克服レッスン ①ゲームクラス雁行陣 ②ゲームクラス平行陣 ③ショットクラス		14:00～16:00	18歳以上	①②各18人 ③12人(抽選)		
こまばフィットネスの日無料イベント ①バレトン(バレエ、ヨガ、フィットネスを組み合わせたエクササイズ) ②ロックダンス③ヨガ		11月24日(休)	①9:30～10:30 ②11:00～12:00 ③13:00～14:00	①③16歳以上 ②小学生以上	各40人(先着)	無料	当日開始15分前から受け付け
月いち講座「アロマケア」		12月13日(土)	9:30～10:30	16歳以上	15人(抽選)	無料	11月5日

## 区民センター体育館    〒153-0063目黒2-4-36、☎3711-1139、FAX3711-2594

教室名など		日程	時間	対象	定員(抽選)	費用	申込期限
初心者なぎなた教室		11月17日～12月15日 (11月24日を除く)の毎週月曜日(全4回)	16:30～18:00	小学生以上	20人	無料	10月27日
幼児ヒップホップ教室		11月20日～令和8年1月15日(1月1日を除く)の毎週木曜日(全8回)	16:00～16:45	4歳～小学1年生	20人	4,000円	10月30日
小学生ヒップホップ教室	木曜日	11月20日～令和8年1月15日(1月1日を除く)の毎週木曜日(各全8回)	①16:55～17:45 ②17:50～18:40	①小学1・2年生 ②小学3年生～中学生	各23人	4,000円	10月30日
	金曜日	11月28日～令和8年1月23日(1月2日を除く)の毎週金曜日(各全8回)	①16:55～17:45 ②17:50～18:40	①小学1・2年生 ②小学3～6年生			11月7日
100年歩けるカラダをつくろう教室 (姿勢と歩き方を学ぶ)		11月26日～12月17日の毎週水曜日(全4回)	15:00～16:00	おおむね60歳以上	10人	2,000円	11月5日
小学生ヘキサスロン教室 (ミズノオリジナルグッズで走る跳ぶ投げるを学ぶ教室)		11月27日～12月18日 の毎週木曜日(各全4回)	①16:00～16:50 ②17:10～18:00	①小学1・2年生 ②小学3～6年生	各25人	2,000円	11月6日
バスケットボール交流会		11月27日(木)	19:30～21:00	16歳以上	20人	500円	11月6日
キッズダンス基礎教室		11月28日～令和8年1月23日(1月2日を除く)の毎週金曜日(全8回)	16:00～16:45	4歳～小学1年生	20人	4,000円	11月7日
大人のための水泳教室		12月12日～令和8年2月6日(1月2日を除く)の毎週金曜日(全8回)	18:40～20:10	中学生以上	30人	4,000円	11月21日
ソフトテニスクリニック		12月14日(日)	①9:00～10:45 ②11:00～12:45	①中学生以上 ②16歳以上	各28人	無料	11月21日

## 中央体育館    〒152-0002目黒本町5-22-8、☎3714-9591、FAX3714-9540

教室名など	日程	時間	対象	定員	費用	申込期限
フランクリンメソッドによる講習会 (体の動きを向上させる運動)	11月27日(木)	19:00～20:00	16歳以上	18人(抽選)	500円	11月14日

## 八雲体育館    〒152-0023八雲1-1-1区民キャンパス内、☎5701-2984、FAX5701-2985

教室名など		日程	時間	対象	定員	費用	申込期限
ジュニア体操教室		11月17日～12月22日(11月24日を除く)の毎週月曜日(全5回)	16:00～17:00	小学生	20人(抽選)	2,500円	11月7日
運動指導員によるお悩み相談		11月18日(火)	①10:00～10:30 ②10:45～11:15	16歳以上	各1人(先着)	無料	当日まで
健康運動指導士による「月イチ講座」 古武術理論にもとづいた上手な身体の使い方日常動作編		11月19日(水)	19:30～21:00	16歳以上	30人(抽選)	500円	11月10日
栄養講座「肝臓をいたわる食生活 お酒との付き合い方」		11月22日(土)	14:30～15:30	16歳以上	10人(抽選)	無料	11月13日
親子キッズ体操体験会		12月7日(日)	9:30～10:30	4～6歳の未就学児と保護者	20組(抽選)	500円	11月21日
親子ふれあい体操体験会		12月7日(日)	10:45～11:45	知的障害のある小学生と保護者、 運動が苦手な小学生と保護者	20組(抽選)	500円	11月21日