

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

申 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

問 各体育館

※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。

問 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	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
		11:00~13:00	小学3~6年生	30人(抽選)		
		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)		
		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パレトン(パレエ、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	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	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