

第3期スポーツ教室生を追加募集します！ (コミュニティ体育館 57-0100)

【対 象】:市内在住または在勤(学)の人

【開講期間】:平成27年1月9日(金)～3月20日(金)

【受付期間】:平成26年12月14日(日)9:00より定員に達するまで

(先着順で定員になりしだい締切ります。ただし、募集開始時に定員を超えている場合はその場で抽選します)

教室名	受講対象	曜日	時間	受講料(内材料費)	回数
こども剣道	小学・中学生	月	17:00～19:00	1,100円	全9回
親子健康体操	平成20年4月2日～平成23年4月1日生の幼児と保護者	火	14:50～15:50	幼児1人と保護者一人で4,200円 幼児1人増につき、1,200円	全10回
こども体操	小学1年生～3年生	火	16:00～17:00	1,200円	全10回
バドミントンB	中学生以上	金	19:00～21:00	中学生1,850円(550) 高校・大学生2,950円(550)	全11回
ヨガD	中学生以上	金	19:00～20:00 研修室	中学生1,300円 高校・大学生2,400円	全11回
一般太極拳	中学生以上	土	13:00～14:30 会議室	中学生1,100円 高校・大学生2,000円	全10回

和泉市スポーツ振興課

和泉市府中町2-7-5 でんわ 99-8162

参加者募集!! 和泉大阪ライオンズクラブ旗争奪戦 第10回和泉市キンボールスポーツ大会

キンボールスポーツを楽しもう!!



122cmの大きなボールを使って4人1チームで行なうスポーツです。もちろん、初めての方でも、一人だけでも、子どもだけでも、大人だけでも、おじいちゃん、おばあちゃんも参加OK。友達同士、ファミリーで参加大歓迎です。一度体験してみてください！
たくさんの方のご参加お待ちしております！

友達と、家族と、オムニキン

【大会日時】 平成27年2月22日(日) 受付 8:30～ 開会 9:00 表彰 15:30(予定)

【場 所】 桃山学院大学 メインアリーナ

【参加費】 無料(参加賞あり)

【参加資格】 小学生以上のチームで1チーム4～5名であること

【連絡先】 和泉市教育委員会スポーツ振興課 99-8162(直通)

【申込方法】 平成27年2月10日(火)までにスポーツ振興課へ申込

和泉市立
体育館だより

平成26年12月1日発行
和泉市教育委員会
生涯学習部スポーツ振興課

No.12



★キッズダンスが、12月よりコミュニティ体育館で開講します!

★ミズノテニススクール大好評募集中!

光明池地区体育施設 コミュニティ体育館・光明池球場・光明池緑地運動場

キッズダンス

※お問合せ コミュニティ体育館(57-0100)

	対象	曜日	時間	定員	料金
キッズダンスA	年中～小学2年生の男女	毎週(木)	17:30～18:30	★	月謝制 1回あたり 1,080円
キッズダンスB	小学3年生～6年生の男女		18:35～19:35	15名	

中学校でも必須科目とされているダンス。踊る楽しさを学びませんか?

★印の教室に空きが出れば募集を行いますので、コミュニティ体育館にお問合せ下さい。

チアダンス

※お問合せ コミュニティ体育館(57-0100)

	対象	曜日	時間	定員	料金
チアダンスA	年中～小学1年生	毎週(火)	17:00～18:00	20名	月謝制 1回あたり 1,080円
チアダンスB	小学2年生～6年生		18:05～19:05	20名	

周りを笑顔と元気で勇気づけ、応援するチアリーダー。チームワークを学び、思いやりや協調性も学びます。

ミズノテニススクール

※お問合せ 光明池球場(55-3130)

	実施時間	時間	対象	金額	定員
木曜日	16:00～16:55	55分	Jr(小中学生)	4,000円	10名/1コート
	17:00～17:55	55分	Jr(小中学生)	4,000円	10名/1コート
土曜日	14:00～15:25	85分	Jr(選手育成)	8,500円	10名/1コート
	16:00～16:55	55分	Jr(小中学生)	4,000円	10名/1コート
	17:00～17:55	55分	Jr(小中学生)	4,000円	10名/1コート

平成26年度 第3期スポーツ教室生 募集

- 対象:市内在住または在勤(学)の人
- 開講期間:平成27年1月8日(木)～3月24日(火)
- 受付期間:平成26年12月14日(日)9:00より定員に達するまで
(先着順で定員になりしだい締切ります。ただし、募集開始時に定員を超えている場合はその場で抽選します)
- 申込方法:申込はご本人が身分証明書(免許証等住所等のわかるもの)を持参の上、備えつけの申込用紙に記入のうえ受講料を添えてお申込ください。
- ※中学生以下の夜間開催教室への参加は、保護者の承諾と毎回の送迎が必要です。
- ※同一種目の重複申込みはできません。

◎小学生・中学生の教室

教室名	対象	募集人員	曜日	時間	受講料(円)※材料費含む			回数
					一般	高校・大学	小・中学生	
こども体操A	小学1年～3年生	★	月	16:10～17:15	—	—	1,000円	全10回
こども体操B		8	月	17:15～18:20	—	—	1,000円	全10回
キッズダンス	小学4年～6年生	14	月	15:30～16:40	—	—	5,000円	全10回
こども空手道	小・中学生	★	木	17:00～19:00	—	—	1,000円	全10回
こども剣道		13	日	13:00～15:00	—	—	1,000円	全10回
バドミントンC	中学生以上	16	火	19:00～21:00	4,050円	2,450円	1,650円	全11回
太極拳		29	金	19:00～21:00	3,200円	1,700円	1,000円	全10回
卓球B		3	日	9:00～11:00	3,300円	1,800円	1,100円	全10回
卓球C		13	木	19:00～21:00	3,300円	1,800円	1,100円	全10回

◎高校生以上の教室

教室名	対象	募集人員	曜日	時間	受講料(円)※材料費含む			回数
					一般	高校・大学	小・中学生	
フレッシュ体操A	高校生以上の女性	18	月	10:00～12:00	3,200円	1,700円	—	全10回
フレッシュ体操B		19	金	13:00～15:00	3,500円	1,900円	—	全11回
バドミントンA	高校生以上	4	火	10:00～12:00	4,050円	2,450円	—	全11回
バドミントンB		1	木	10:00～12:00	3,700円	2,200円	—	全10回
卓球A		★	木	9:30～11:30	3,300円	1,800円	—	全10回
エアロピクス		19	月	14:00～15:15	3,300円	1,800円	—	全10回
いきいき体操A	50歳以上	★	金	9:15～10:30	3,610円	—	—	全11回
いきいき体操B		★	金	10:45～12:00	3,610円	—	—	全11回
いきいき体操C		1	木	11:45～13:00	3,300円	—	—	全10回
親子健康体操	平成20年4月2日～平成23年4月1日生まれの幼児と保護者	★組	月	15:00～16:05	3,200円	—	子ども1人増1,000円	全10回
アロマリラックスヨガ	高校生以上	1	月	10:30～11:50	5,000円		—	全10回
ベーシックヨガ		★	月	13:00～14:20	5,000円		—	全10回
ベーシックヨガB		★	水	9:30～10:50	3,500円		—	全7回
アロマリラックスヨガB		★	水	11:00～12:20	3,500円		—	全7回
女性硬式テニス	高校生以上の女性	15	水	10:00～12:00	4,800円		—	全8回

募集人数は平成26年11月10日現在の人数です。
★印の教室に空きが出れば募集を行いますので12月4日以降に市民体育館までお問合せ下さい。

◆忙しくなる時期も単発参加でからだを動かそう!!

和泉市温水プールでは様々なフィットネスプログラムをご用意しております。
下記の有料プログラムは一時利用や会員登録関係なしに1回単発でもご参加OK!
空いた時間を利用して気軽に参加してみませんか?
1回500円(税込み)ご予約不可。定員40名。

太極拳	月曜日	12:50～13:50(60分)	ゆったりとした動きで帰血の流れをよくし、心と身体を芯から癒します。
ヨガ	月曜日	19:00～20:00(60分)	呼吸とともに体の調和を整え、自然治癒力を高めていきます。
	木曜日	13:15～14:15(60分)	
	土曜日	13:00～14:00(60分)	
フィットネスヨガ	火曜日	19:10～20:10(60分)	リラックスとひきしめを組み合わせ、理想的なプロポーションを目指します。
ピラティス	金曜日	14:45～15:45(60分)	コア(体幹)の筋肉を鍛え、骨格の歪み改善や姿勢をよくすることに繋がるエクササイズです。

☆通常のスタジオプログラムも週35本開催中! 10月からストリートダンスも仲間入りしました!

ジムでは会員登録いただいた方にはトレーニングメニューを作成してしっかりサポートさせていただいております。
自己流で効果がでない…何をして良いかわからない…というあなた!ぜひご相談ください!

◆子どもスイミング体験会開催

12月1日(月)～12月13日(土)の期間、体験会を実施いたします。(水・日曜日の開催はございません)
和泉市温水プールのスイミングスクールにご入会を検討されている方はぜひご参加ください!

【対象】満4歳～小学6年生

【参加費】1人1回540円(税込み)

※現在受付中～定員になり次第終了いたします。※定員はお問い合わせください。

【準備いただくもの】水着・水泳帽子・ゴーグル・タオル(すべて指定のものはございません)

【ご参加いただける基準】

15:55～16:55 Aクラス(カニ級～16級)

16:55～17:55 Bクラス(15級～4級)

17:55～18:55 Cクラス(4級～1級)

※泳力によりクラス編成いたしております。下記を参考にお子さまの現在のおおむねの泳力をおうかがいしご参加いただけます。
※現在の在籍数によってはご希望の曜日にご参加いただけない場合もございます。あらかじめご了承くださいませ。

級	概要		
1	4種目および個人メドレーのタイムトライアル		Cクラス
2・3・4	バタフライ	12.5m以上	
5・6	平泳ぎ	25m	Bクラス
7・8	背泳ぎ	25m	
9	クロール	50m	
10	クロール	25m	
11・12	息つきクロール	12.5m	Aクラス
13・14・15	面クロール	7m	
16・17	バタ足	5m	
18・イルカ	伏し浮き	10秒	
カニ・アシカ・ラッコ	水なれ・水中に潜る・自由泳ぎ		