

2023年12月1日

第4期スポーツ教室 参加者募集！

2024年1月～開催する、第4期スポーツ教室の参加者を募集いたします。
ご応募をお待ちしています。

【応募期間】 1次募集 12月1日（金）～15日（金）必着 ※ハガキは12日消印有効。

2次募集 12月20日（水）～27日（水）※WEB申込みのみ

【開催期間】 1月5日（金）～3月30日（土） ※クラスにより異なります。

【応募資格】 東京都北区在住・在勤・在学の方

【応募方法】 下記方法にてご応募ください。

- お申し込みは、1教室、1通です。複数お申込みの場合は、教室ごとにお申込みください。
- 往復はがきの返信用の表面には、申し込む方の住所・氏名を明記してください。
- ご本人様以外やお子様連れの方は受講できません。
- 1次募集で定員に達した場合は、こちらで抽選を行い、当選者を決定いたします。
- 2次募集は先着順です。1次募集で定員に達した場合は募集いたしません。

【抽選結果】 12月16日（土）～ 順次発送

【入金期間】 1次募集 12月25日（月）まで

2次募集 1月4日（月）まで ※当選ハガキ、メールに記載されている口座にお振込みください。

【その他】 ご入金後の変更・振替・返金・譲渡はできません

定員に達しなかったクラスについては、当日券でご参加いただけます。

＜往復はがき＞

送付先：〒114-0024 東京都北区西ヶ原 2-1-6 滝野川体育館 スポーツ教室受付係

- ①希望講座（滝野川体育館・講座名・希望日）
- ②郵便番号・住所（在勤・在学の方は勤務先・学校名も明記）
- ③氏名（ふりがな） ④年齢 ⑤電話番号・FAX 番号

＜HP・二次元コード＞ HP、または下記コードからお申し込ください。



【申し込み二次元コード】

※迷惑メール設定している方は、予め、【megalos.takinogawa@nomura-ls.jp】からのメール受信許可設定をお願いします。



<スケジュール>

クラスコード	曜日	種目	日程	回数	時間	場所	定員	費用	当日券
一般（16歳以上の方）									
01	月	やさしいヨガ	1/8・22・29、2/5・12・26、3/4・11・25	9回	9:45～10:45	第2武道場	30名	¥7,920	¥1,100
02	月	やさしいピラティス	1/8・22・29、2/5・12・26、3/4・11・25	9回	11:00～12:00	第2武道場	30名	¥7,920	¥1,100
24	火	太極拳	1/9・16・23・30、2/6・13・20・27、3/5・12・19・26	12回	9:00～9:50	ブレイルーム	30名	¥10,560	¥1,100
25	火	らくらくエアロ	1/9・16・23・30、2/6・13・20・27、3/5・12・19・26	12回	10:00～10:50	ブレイルーム	25名	¥10,560	¥1,100
26	火	ほぐしコンディショニング	1/9・16・23・30、2/6・13・20・27、3/5・12・19・26	12回	11:00～11:50	ブレイルーム	30名	¥10,560	¥1,100
03	水	ヨガでリラックス	1/10・17・24・31、2/7・14・21・28、3/6・13・20・27	12回	11:00～11:50	ブレイルーム	30名	¥10,560	¥1,100
04	木	ZUMBA(ZUMBA GOLD®)	1/11・18・25、2/1・8・15・22・29、3/7・14・21・28	12回	11:15～12:00	第1武道場	25名	¥10,560	¥1,100
05	金	姿勢改善運動	1/5・12・19・26、2/2・9・16・23、3/1・8・15・22・29	13回	11:00～11:50	ブレイルーム	30名	¥11,440	¥1,100
28	土	かんたんラテン	1/6・13・20・27、2/3・10・17 3/2・9・16・23・30 ※2/24休講	12回	9:00～9:50	ブレイルーム	25名	¥10,560	¥1,100
07	土	サタデーヨガ&ピラティス1部	1/6・13・20・27、2/3・10・17 3/2・9・16・23・30 ※2/24休講	12回	10:00～10:50	ブレイルーム	30名	¥10,560	¥1,100
08	土	サタデーヨガ&ピラティス2部	1/6・13・20・27、2/3・10・17 3/2・9・16・23・30 ※2/24休講	12回	11:00～11:50	ブレイルーム	30名	¥10,560	¥1,100

クラスコード	曜日	種目	日程	回数	時間	場所	定員	費用	当日券
シニア（50歳以上の方）									
29	水	初級ヨガ（50歳以上）	1/10・17・24・31、2/7・14・21・28、3/6・13・27 ※3/20休講	11回	9:00～9:45	第1武道場	30名	¥7,260	¥1,100
09	水	にこにこ50体操教室1部（50歳以上）	1/10・17・24・31、2/7・14・21・28、3/6・13・20・27	12回	9:00～9:50	ブレイルーム	30名	¥10,560	¥1,100
10	水	にこにこ50体操教室2部（50歳以上）	1/10・17・24・31、2/7・14・21・28、3/6・13・20・27	12回	10:00～10:50	ブレイルーム	30名	¥10,560	¥1,100
11	木	シニア向け筋力アップ教室（50歳以上）	1/11・18・25、2/1・8・15・22・29、3/7・14・21・28 ※3/14休講	11回	9:10～10:10	第1武道場	30名	¥9,680	¥1,100
30	金	ZUMBA(ZUMBA GOLD®)（50歳以上）	1/5・12・19・26、2/2・9・16・23、3/1・8・15・22・29	13回	9:00～9:50	ブレイルーム	25名	¥11,440	¥1,100
13	金	健康づくり体操教室（65歳以上）	1/5・12・19・26、2/2・9・16・23、3/1・8・15・22・29	13回	10:00～10:50	ブレイルーム	30名	¥11,440	¥1,100

※ 講師の都合等により、急遽変更や休講となる場合があります。

【お問い合わせ】

滝野川体育館 TEL : 03-3940-1801 受付時間 : 10:00～18:00

