



第1期スポーツ教室（成人）の募集について

2025年4月～開催する、第1期スポーツ教室を募集いたします。ご応募をお待ちしています。

【応募期間】 一次募集：3月4日（火）～15日（土）必着 ※ハガキは12日消印有効。
二次募集：3月20日（木）～3月28日（金）※WEB受付のみ

【開催期間】 4月1日（火）～6月30日（月） ※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。
- 定員に達した場合、こちらで抽選を行い、当選者を決定いたします。

【抽選結果】 3月16日（日）～ 順次発送

【入金期間】 1次募集 3月17日（月）～25日（火）まで

2次募集 初回レッスン前日まで ※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



<二次元コード・応募サイト>



下記コードからお申込ください。

※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>

令和7年度 滝野川体育館 第1期スポーツ教室 4月～6月

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	4/7.14.28 5/5.12.26 6/2.9.30 ※6月選挙開催に伴い、日程が変更となる可能性があります。4/21.5/19.6/16は休館日	9回	9:45～10:45	第2武道場	30名	¥8,820	¥1,300
02	月	やさしいピラティス	4/7.14.28 5/5.12.26 6/2.9.30 ※6月選挙開催に伴い、日程が変更となる可能性があります。4/21.5/19.6/16は休館日	9回	11:00～12:00	第2武道場	30名	¥8,820	¥1,300
24	火	はじめての太極拳	4/1.8.15.22.29 5/13.20 6/17.24 ※5/6.27・6/3.10休講	9回	9:00～9:50	ブレイルーム	30名	¥8,820	¥1,300
25	火	らくらくエアロ	4/1.8.15.22.29 5/13.20 6/17.24 ※5/6.27・6/3.10休講	9回	10:00～10:50	ブレイルーム	25名	¥8,820	¥1,300
26	火	ほぐしコンディショニング	4/1.8.15.22.29 5/13.20 6/17.24 ※5/6.27・6/3.10休講	9回	11:00～11:50	ブレイルーム	30名	¥8,820	¥1,300
03	水	ヨガでリラックス	4/2.9.16.23.30 5/7.14.21.28 6/4.11.18.25	13回	11:00～11:50	ブレイルーム	30名	¥12,740	¥1,300
04	木	ZUMBA(ZUMBA GOLD®)	4/3.10.17.24 5/1.8.15.22 6/5.12.19.26 ※5/29休講	12回	11:15～12:00	第1武道場	25名	¥11,760	¥1,300
05	金	姿勢改善運動	4/4.11.18.25 5/2.16.23.30 6/6.13.20.27 ※5/9休講	12回	11:00～11:50	ブレイルーム	30名	¥11,760	¥1,300
28	土	かんたんラテン	4/5.12.19.26 5/3.17.24.31 6/7.14.21.28 ※5/10休講	12回	9:00～9:50	ブレイルーム	25名	¥11,760	¥1,300
07	土	サタデーヨガ&ピラティス1部	4/5.12.19.26 5/3.17.24.31 6/7.14.21.28 ※5/10休講	12回	10:00～10:50	ブレイルーム	30名	¥11,760	¥1,300
08	土	サタデーヨガ&ピラティス2部	4/5.12.19.26 5/3.17.24.31 6/7.14.21.28 ※5/10休講	12回	11:00～11:50	ブレイルーム	30名	¥11,760	¥1,300

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）	4/2.9.16.23.30 5/7.14.21.28 6/4.11.18.25	13回	9:00～9:45	第1武道場	30名	¥9,880	¥1,300
09	水	にこにこ50体操教室1部（50歳以上）	4/2.9.16.23.30 5/7.14.21.28 6/4.11.18.25	13回	9:00～9:50	ブレイルーム	30名	¥12,740	¥1,300
10	水	にこにこ50体操教室2部（50歳以上）	4/2.9.16.23.30 5/7.14.21.28 6/4.11.18.25	13回	10:00～10:50	ブレイルーム	30名	¥12,740	¥1,300
11	木	シニア向け筋力アップ教室（50歳以上）	4/3.10.17.24 5/1.8.15.22.29 6/5.12.19.26	13回	9:10～10:10	第1武道場	30名	¥12,740	¥1,300
30	金	ZUMBA(ZUMBA GOLD®)（50歳以上）	4/4.11.18.25 5/2.16.23.30 6/6.13.20.27 ※5/9休講	12回	9:00～9:50	ブレイルーム	25名	¥11,760	¥1,300
13	金	健康づくり体操教室（65歳以上）	4/4.11.18.25 5/2.16.23.30 6/6.13.20.27 ※5/9休講	12回	10:00～10:50	ブレイルーム	30名	¥11,760	¥1,300

※ 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