

2026年3月1日

# 第1期スポーツ教室（成人）の募集について

2026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1日（日）～15日（日）必着 ※ハガキは12日消印有効。  
二次募集：3月20日（金）～3月27日（金）※WEB受付のみ

【開催期間】 4月1日（水）～6月30日（火） ※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。複数お申し込みの場合は、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（月）～ 順次発送

【入金期間】 1次募集 3月17日（火）～30日（月）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](mailto: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8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
<b>一般（16歳以上の方）</b>									
01	月	やさしいヨガ	4/6.13.27 5/4.11.25 6/1.8.22.29 ※4/20.5/18.6/15休講	10回	9:45～ 10:45	第2武道場	30名	¥9,800	¥1,300
02	月	やさしいピラティス	4/6.13.27 5/4.11.25 6/1.8.22.29 ※4/20.5/18.6/15休講	10回	11:00～ 12:00	第2武道場	30名	¥9,800	¥1,300
24	火	はじめての太極拳	4/7.14.21.28 5/5.12.19.26 6/2.9.16.23.30	13回	9:00～ 9:50	ブレイルーム	30名	¥12,740	¥1,300
25	火	らくらくエアロ	4/7.14.21.28 5/5.12.19.26 6/2.9.16.23.30	13回	10:00～ 10:50	ブレイルーム	25名	¥12,740	¥1,300
26	火	ほぐしコンディショニング	4/7.14.21.28 5/5.12.19.26 6/2.9.16.23.30	13回	11:00～ 11:50	ブレイルーム	30名	¥12,740	¥1,300
03	水	ヨガでリラックス	4/1.8.15.22.29 5/13.20.27 6/3.10.17.24 ※5/6休講	12回	11:00～ 11:50	ブレイルーム	30名	¥11,760	¥1,300
04	木	ZUMBA(ZUMBA GOLD®)	4/2.9.16.23.30 5/7.14.21.28 6/4.11.18.25	13回	11:15～ 12:00	第1武道場	25名	¥12,740	¥1,300
05	金	姿勢改善運動	4/3.10.17.24 5/1.15.22.29 6/5.12.19.26 ※5/8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	4/4.11.18.25 5/2.16.23 6/6.13.20.27 ※5/9.30休講	11回	9:00～ 9:50	ブレイルーム	25名	¥10,780	¥1,300
07	土	サタデーヨガ&ピラティス1部	4/4.11.18.25 5/2.16.23 6/6.13.20.27 ※5/9.30休講	11回	10:00～ 10:50	ブレイルーム	30名	¥10,780	¥1,300
08	土	サタデーヨガ&ピラティス2部	4/4.11.18.25 5/2.16.23 6/6.13.20.27 ※5/9.30休講	11回	11:00～ 11:50	ブレイルーム	30名	¥10,780	¥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
<b>シニア（50歳以上の方）</b>									
29	水	初級ヨガ（50歳以上）	4/1.8.15.22.29 5/13.20.27 6/3.10.17.24 ※5/6休講	12回	9:00～ 9:45	第1武道場	30名	¥9,120	¥1,300
09	水	にこにこ50体操教室1部 （50歳以上）	4/1.8.15.22.29 5/13.20.27 6/3.10.17.24 ※5/6休講	12回	9:00～ 9:50	ブレイルーム	30名	¥11,760	¥1,300
10	水	にこにこ50体操教室2部 （50歳以上）	4/1.8.15.22.29 5/13.20.27 6/3.10.17.24 ※5/6休講	12回	10:00～ 10:50	ブレイルーム	30名	¥11,760	¥1,300
11	木	シニア向け筋力アップ教室 （50歳以上）	4/2.9.16.23.30 5/7.14.21.28 6/4.11.18.25	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）	4/3.10.17.24 5/1.15.22.29 6/5.12.19.26 ※5/8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）	4/3.10.17.24 5/1.15.22.29 6/5.12.19.26 ※5/8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