

第3期成人スポーツ教室 参加者募集!

【応募期間】 1次募集 9月1日(火)～15日(火) 必着 ※ハガキは12日消印有効。

2次募集 9月20日(日)～27日(日) ※WEB 申込のみ

【開催期間】 10月5日(月)～12月26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】 9月17日(木)～ 順次発送

【入金期間】 1次募集 9月25日(金)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



<HP・二次元コード> HP、または下記コードからお申込ください。

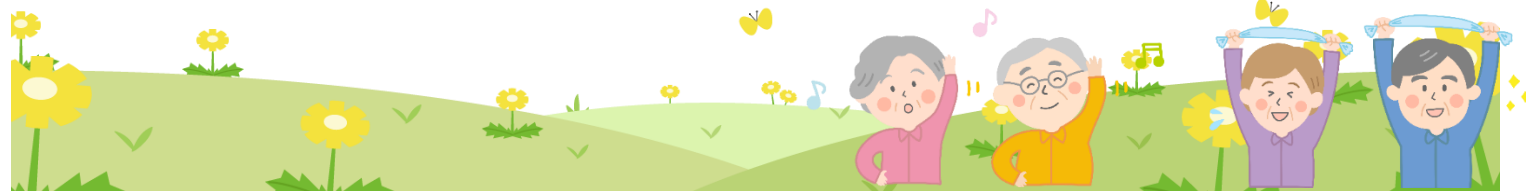


【申し込み二次元コード】

※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。

【お問い合わせ】 滝野川体育館 TEL : 03-3940-1801

受付時間 10:00～18:00



【スケジュール・参加費】

令和8年度 滝野川体育館 第3期スポーツ教室 10月～12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	10/5.26 11/2.9.30 12/14 ※休講 10/12.19.11/16.23.12/7.21.28	6回	9:45～ 10:45	第2武道場	30名	¥5,880	¥1,300
02	月	やさしいピラティス	10/5.26 11/2.9.30 12/14 ※休講 10/12.19.11/16.23.12/7.21.28	6回	11:00～ 12:00	第2武道場	30名	¥5,880	¥1,300
24	火	はじめての太極拳	10/6.13.20.27 11/3.10.17.24 12/1.15.22 ※休講12/8.29	11回	9:00～ 9:50	プレイルーム	30名	¥10,780	¥1,300
25	火	らくらくエアロ	10/6.13.20.27 11/3.10.17.24 12/1.15.22 ※休講12/8.29	11回	10:00～ 10:50	プレイルーム	25名	¥10,780	¥1,300
26	火	ほぐしコンディショニング	10/6.13.20.27 11/3.10.17.24 12/1.15.22 ※休講12/8.29	11回	11:00～ 11:50	プレイルーム	30名	¥10,780	¥1,300
03	水	ヨガでリラックス	10/7.14.21.28 11/4.11.18.25 12/2.9.16.23 ※休講12/30	12回	11:00～ 11:50	プレイルーム	30名	¥11,760	¥1,300
04	木	ZUMBA(ZUMBA GOLD®)	10/8.15.22.29 11/5.12.19.26 12/3.10.17.24 ※休講10/1.12/31	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	10/9.16.23.30 11/6.13.20.27 12/4.11.18.25 ※休講10/2	12回	11:00～ 11:50	プレイルーム	30名	¥11,760	¥1,300
28	土	かんたんラテン	10/10.17.24.31 11/7.14.21.28 12/5.12.19.26 ※休講10/3	12回	9:00～ 9:50	プレイルーム	25名	¥11,760	¥1,300
07	土	サタデーヨガ&ピラティス1部	10/10.17.24.31 11/7.14.21.28 12/5.12.19.26 ※休講10/3	12回	10:00～ 10:50	プレイルーム	30名	¥11,760	¥1,300
08	土	サタデーヨガ&ピラティス2部	10/10.17.24.31 11/7.14.21.28 12/5.12.19.26 ※休講10/3	12回	11:00～ 11:50	プレイルーム	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）	10/7.14.21.28 11/4.11.18.25 12/2.9.16.23 ※休講12/30	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）	10/7.14.21.28 11/4.11.18.25 12/2.9.16.23 ※休講12/30	12回	9:00～ 9:50	プレイルーム	30名	¥11,760	¥1,300
10	水	にこにこ50体操教室2部 （50歳以上）	10/7.14.21.28 11/4.11.18.25 12/2.9.16.23 ※休講12/30	12回	10:00～ 10:50	プレイルーム	30名	¥11,760	¥1,300
11	木	シニア向け筋力アップ教室 （50歳以上）	10/8.15.22.29 11/5.12.19.26 12/3.10.17.24 ※休講10/1 12/31	12回	9:10～ 10:10	第1武道場	30名	¥11,760	¥1,300
30	金	ZUMBA(ZUMBA GOLD®) （50歳以上）	10/9.16.23.30 11/6.13.20.27 12/4.11.18.25 ※10/2休講	12回	9:00～ 9:50	プレイルーム	25名	¥11,760	¥1,300
13	金	健康づくり体操教室 （65歳以上）	10/9.16.23.30 11/6.13.20.27 12/4.11.18.25 ※10/2休講	12回	10:00～ 10:50	プレイルーム	35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。