

## 令和7年度 文化・親子 定期教室(令和7年7月～9月)

|    | 教室名                      | 内容                                                                                           | 対象・定員・室場                                   | 曜日・時間            | 日程                                        | 回数・参加料         |
|----|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------|----------------|
| 文化 | 歌声サロン                    | 童謡・唱歌・歌謡曲など、懐かしい曲をみんなで歌います。                                                                  | 16歳以上<br>20名<br>研修室                        | 月<br>13:10～14:30 | 7/7・28<br>8/4・18・25<br>9/1・22・29          | 8回<br>¥4,880   |
|    | Jr.英トレ(土)<br>(旧 ジュニア英会話) | 今すぐ使える3単語の短い会話をキャッチボール。英語を使って脳トレなど。体を同時に動かすことにより自然に英語が身につく、発語しやすくなります。講師は40ヶ国語を訪問したトリリンガルです。 | 小学3～6年生<br>10名<br>研修室<br>※7/5のみ<br>フリースペース | 土<br>9:00～9:45   | 7/5・12・26<br>8/9・23・30<br>9/6・13・20・27    | 10回<br>¥10,000 |
|    | 大人の英トレ(土)                |                                                                                              | 16歳以上<br>10名<br>研修室<br>※7/5のみ<br>フリースペース   | 土<br>9:55～10:40  |                                           |                |
| 親子 | ベビトレヨガ                   | ママヨガで産後の身体ケア&骨盤ケア！ベビトレで心身の土台作りと脳トレ！の親子教室です。                                                  | 乳児(未就園児)と保護者<br>13組<br>研修室                 | 月<br>10:00～10:50 | 7/7・28<br>8/4・18・25<br>9/1・22・29          | 8回<br>¥5,360   |
|    | 親子体操<br>2・3・4歳児          | リズム体操やいろいろな道具を使いながら、親子のスキンシップを図ります。                                                          | 2・3・4歳児と保護者 35組<br>第二体育室                   | 金<br>10:00～10:50 | 7/11・18・25<br>8/1・8・22・29<br>9/5・12・19・26 | 11回<br>¥6,710  |

※こども1人追加につき、ベビトレヨガ+ ¥960(¥120×8回)・親子体操+ ¥1,320(¥120×11回)

申込期間：5月19日(月)～6月8日(日) 必着

- 往復ハガキまたはスポーツセンターに備え付けの応募ハガキ (85円切手貼付要) に①～⑦の事項を記入して、郵送またはセンター来館にて受付いたします。
- パソコン、スマホから申込の際はHP上での利用者情報の登録が必要です。

| 往信(表) |                         | 返信(裏)            |                                                                                                                                                                       |
|-------|-------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 85    | 235-0033<br>機子スポーツセンター行 | 記入しないでください       |                                                                                                                                                                       |
|       | 横浜市磯子区杉田5-32-25         | 切手をお貼りください<br>返信 | □□□□□□                                                                                                                                                                |
|       |                         | 参加住所・氏名の方の       | ① 希望教室名※1教室のみ<br>② 氏名(フリガナ)<br>大人<br>子ども(親子教室のみ)<br>性別<br>③ 生年月日 ※ 和暦<br>大人<br>子ども(親子教室のみ)<br>④ 住所・郵便番号<br>⑤ 市外居住で市内在勤・在学の方は勤務先名・学校名<br>⑥ 電話番号<br>⑦ 過去1年間の希望教室への参加の有無 |

結果報告：6月16日(月)発送予定  
支払い期間：6月17日(火)～30日(月)まで

- 当選結果のハガキ、電子メールをプリントアウトした用紙をお持ち頂き、受付にてお支払いください。
- パソコン、スマホから申込された方はネット決済も可能です。

☆ お申込み及び教室参加時の注意 ☆

| 重複申込みができない教室                                 |
|----------------------------------------------|
| 姿勢改善ヨガ・アフタヌーンヨガ・ピラティス&ヨガ・はじめてのヨガ・やさしいヨガ      |
| 火曜はじめてのピラティス・火曜ピラティス<br>水曜はじめてのピラティス・水曜ピラティス |
| 1 3 時転倒予防・1 4 時転倒予防                          |
| ハッピー健康体操①・②                                  |
| ホップステップ脚力アップ①・②                              |

- 募集期間終了時に各教室の最少催行人数に達しない場合、その教室は中止となります。参加をお考えの方は必ず期間内に応募してください。
- 申込締切日から2週間過ぎても返信ハガキが届かない場合はご連絡ください。
- 応募者が定員を超えた場合は抽選となります。
- 同一教室への2通以上の応募は無効となります。
- 教室参加者以外の入室はご遠慮ください。
- 実施期間または開催時間に変更となる場合があります。
- ご本人の都合によるキャンセルの場合、一度納めた参加料は原則としてお返しいたしませんのでご了承ください。
- 健康に不安のある方は事前に医師の診断・相談をお勧めします。特に呼吸器・循環器系の疾患のある方は、専門医の診断を受けた上でお申し込みください。

※申込期間後、定員に空きがある教室は6月23日(月)14時から電話のみ(翌6月24日(火)以降は窓口でも可)で申し込み受付をいたします。  
注) 期間内にご連絡がなく、支払いがない場合は自動キャンセルとなります。

□■個人情報の取扱いについて■□

(1)事業者の名称:公益財団法人横浜市スポーツ協会(2)個人情報の利用目的:ご記入いただいた個人情報は、お申し込みされたスポーツ教室にかかる参加当落や開催中止等の連絡・参加料管理・名簿作成・健康状態把握・過去の教室参加履歴確認・傷害保険加入・新規教室及びイベント事業のご案内、お客様アンケートのために必要な範囲で利用します。(3)個人情報の第三者提供について:ご記入いただいた個人情報について、第三者へ提供することはありません。(4)個人情報の取扱いの委託について:個人情報の取扱いについて、事業の必要性により、利用目的の範囲内で業務の全部または一部を外部に委託する場合があります。業務委託先に関しては個人情報を適切に取り扱っていると認められる委託先を選定し、契約において個人情報の適正管理・機密保持などの個人情報の漏えい防止に必要な事項を取り決め、適正管理の実を義務づけます。(5)個人情報の開示等及び問い合わせについて:当協会が保有する個人情報の利用目的の通知・開示・内容の訂正・追加または削除・利用の停止・消去および第三者への提供の停止に応じる窓口は(7)の問い合わせ先と同じです。(6)個人情報をご提供頂けない場合の取扱い:必要事項をご記入頂けない場合、お申し込み出来ない場合があります。(7)当協会の個人情報取扱いに関する苦情・相談等の問い合わせ先:個人情報保護管理責任者 公益財団法人横浜市スポーツ協会事務局 電話045-640-0011 FAX045-640-0021

令和7年度

# 夏の定期教室

火曜／金曜  
幼児器械運動教室  
いずれも 15:30～16:30

跳び箱やマット鉄棒を中心に、いろいろな道具を使って、楽しく体を動かすプログラムです。

はじめてのエアロビクス&サーキットトレーニング

木曜 10:30～11:45

体力向上を目指す、エアロビクスの初心者向けの最適なプログラムです。

はじめてエクササイズ

火曜 9:30～10:30

有酸素運動や筋力トレーニングで、運動初心者の方々でも、楽しく体を動かしていただけるプログラムです。

申込

5月19日(月)～6月8日(日)

スマホ・PCまたは往復はがき  
でお申込みいただけます

## 思いついたらはじめよう

全56教室開催！ あなたのライフスタイルに合わせた教室選び



健康づくり

太極拳

文化教室

※詳細は中面・裏面の教室一覧またはホームページをご覧ください

教室開始後、空きがある場合  
体験参加可能※有料

## 横浜市磯子スポーツセンター

TEL. 045-771-8118 横浜市磯子区杉田5-32-25

■開館時間 月～木/土日祝 9:00～21:00(最終受付:20:00)  
金曜のみ 9:00～23:00(最終受付:22:00)

横浜市磯子スポーツセンター 教室

検索

