## 藤枝市民体育館•藤枝市武道館

☆第3期スポーツ&文化教室受付☆

## 期間/1月~3月

申し込み/11月1日(土)~11月30日(日)往復ハガキまたはE-mail

・教室名・氏名(フリガナ)・生年月日・年齢・性別・郵便番号, 住所・電話番号を記入のうえ 〒426-0034 藤枝市駅前3-21-1 藤枝市民体育館 へお申込み下さい。

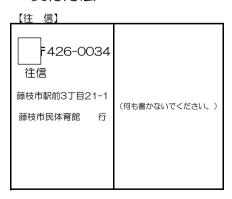
TEL: 054-641-1112E-mail: sports-class@f-sports.jp

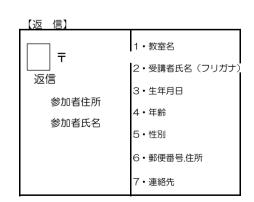


お問い合わせください

|       | 教 室 名              | 対 象 者                  | 回数 | スタート日     | 受講時間        | 募集人数 | 受講料                          |
|-------|--------------------|------------------------|----|-----------|-------------|------|------------------------------|
| 子     | 幼児スポーツA            | 年少~年長                  | 8  | 1/19(月)   | 14:50~15:50 | 10名  | 4,000円                       |
| 供の教室  | 幼児スポーツB            | 年少~年長                  | 8  | 1/13(火)   | 15:30~16:30 | 10名  | 4,000円                       |
|       | ジュニアスポーツB          | 小学生(運動の苦手な子も可)         | 8  | 1/15(木)   | 17:15~18:15 | 10名  | 4,000円                       |
|       | バレーボール教室           | 小学3年生~中学生              | 8  | 1/15(木)   | 19:00~20:30 | 20名  | 4,000円                       |
|       |                    |                        |    |           |             |      |                              |
| 大人の教室 | 女性体操A              | 一般女性                   | 8  | 1/19(月)   | 9:30~10:30  | 20名  | 4,000円                       |
|       | 卓球A(中級者)           | 一般男女                   | 8  | 1/19(月)   | 10:00~11:30 | 20名  | 4,000円                       |
|       | ピラティス              | 一般男女                   | 8  | 1/19(月)   | 10:00~11:30 | 20名  | 4,400円                       |
|       | 柔軟ヨガ               | 一般男女                   | 8  | 1/19(月)   | 10:30~11:30 | 20名  | 4,000円                       |
|       | ソフトテニス             | 一般男女(中学生以上)            | 8  | 1/19(月)   | 19:30~20:50 | 20名  | 4,000円                       |
|       | 女性体操B              | 一般女性                   | 8  | 1/13(火)   | 9:30~10:30  | 20名  | 4,000円                       |
|       | DISCO WORLD        | 一般男女                   | 8  | 1/13(火)   | 9:30~10:30  | 20名  | 4,000円                       |
|       | 太極拳                | 一般男女                   | 8  | 1/13(火)   | 10:00~11:30 | 10名  | 4,400円                       |
|       | ZUMBA GOLD         | 一般男女                   | 8  | 1/13(火)   | 13:30~14:30 | 40名  | 4,000円                       |
|       | 卓球(夜)              | 一般男女(中学生以上)            | 8  | 1/13(火)   | 19:15~20:45 | 30名  | 4,000円                       |
|       | フィットネスベリー&タイチーダン   | 一般男女                   | 8  | 1/13(火)   | 19:30~20:30 | 10名  | 4,000円                       |
|       | 卓球B(初級者)           | 一般男女                   | 8  | 1/14(水)   | 10:00~11:30 | 20名  | 4,000円                       |
|       | バドミントン             | 一般男女(中学生以上)            | 8  | 1/14(水)   | 19:30~20:50 | 20名  | 4,000円                       |
|       | 楽トレ                | 一般男女                   | 8  | 1/15(木)   | 9:30~10:30  | 30名  | 4,000円                       |
|       | ZUMBA              | 一般男女                   | 8  | 1/15(木)   | 10:45~11:45 | 30名  | 4,000円                       |
|       | さわやか体操             | 60歳以上の男女               | 8  | 1/15(木)   | 13:30~14:30 | 20名  | 4,000円                       |
|       | バレーボール教室           | 一般女性                   | 8  | 1/15(木)   | 19:00~20:30 | 20名  | 4,000円                       |
|       | フラダンスA             | 一般男女                   | 8  | 1/15(木)   | 13:15~14:15 | 20名  | 4,000円                       |
|       | フラダンスB             | 一般男女                   | 8  | 1/15(木)   | 14:30~15:30 | 10名  | 4,000円                       |
|       | ゆるヨガ&ダイエット         | 一般男女                   | 8  | 1/16(金)   | 13:30~15:00 | 20名  | 4,400円                       |
|       | ダンススポーツ入門・初級(社交ダンス | 一般男女                   | 8  | 1/16(金)   | 13:15~14:15 | 30名  | 4,000円                       |
|       | ダンススポーツ 中級(社交ダンス)  | کر <del>ارک</del> وارا |    |           | 14:30~15:30 | 30名  | 4,000円                       |
|       | ※武道教室 週に2回の10回     |                        |    |           |             |      |                              |
|       | 剣道(初心者)            | 小·中学生                  | 10 | 1/15(月・木) | 18:00~19:00 | 30名  | 1#4N7 F0                     |
|       | 柔道(初心者)            | 小学生以上                  | 10 | 1/15(木・土) | 18:30~20:30 | 30名  | 中学生以下 5,000円<br>高校生以上 5,500円 |
|       | 空手道(初心者)           | 小学生以上                  | 10 | 1/13(火・土) | 19:00~20:30 | 30名  |                              |

## ≪受付方法≫





- ・申込多数の場合は抽選となります。・受講料は、教室初日に決定通知と一緒におつりのないようにお持ちください。