

# 12月開講

# 体育館教室 募集日時

※令和2年10月2日 9:45 時点

- 中央体育館 (葵区駿府町 TEL:054-255-1010)
- 東部体育館 (葵区東千代田二丁目 TEL:054-264-8485)
- 北部体育館 (葵区松富四丁目 TEL:054-255-6262)
- 南部体育館 (駿河区曲金三丁目 TEL:054-285-1133)
- 長田体育館 (駿河区鎌田 TEL:054-257-3411)
- 清水清見潟公園SC (清水区横砂 TEL:054-367-9780)
- 蒲原体育館 (清水区蒲原新田一丁目 TEL:054-385-7501)

教室日程などの詳細は、各施設にある開催要項をご覧ください。各施設にお問い合わせください。

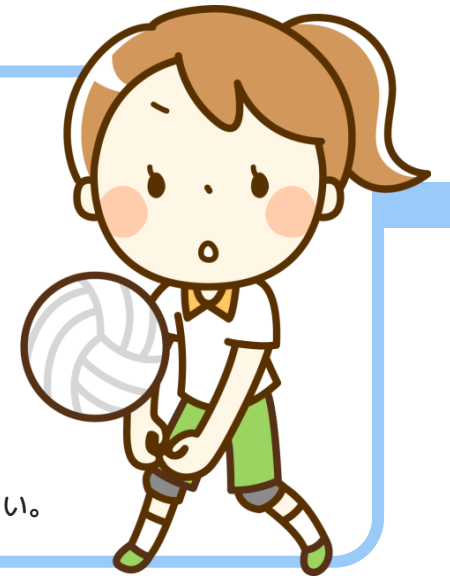
## ・募集日時が指定されている教室

指定日時に会費と筆記用具持参で各施設へお越しください。  
 ※多数抽選 (原則1人1名分・代理は18歳以上)  
 ※来館時は必ずマスクをご着用ください。

## ・申込順の教室

指定日時以降に会費持参で各施設窓口へお越しください。

※空き状況、最終申込期限については、各施設にお問い合わせください。



## おやこあそび

募集日時		
東部体育館	11/4(水)	10:30~申込順
北部体育館	11/10(火)	9:00~申込順
南部体育館	11/6(金)	9:30~申込順
蒲原体育館	11/5(木)	10:00~申込順

## おやこ運動

募集日時		
中央体育館	11/4(水)	9:00~申込順
長田体育館	11/9(月)	9:30~申込順

## 姿勢改善

募集日時		
中央体育館	11/2(月)	10:00~10:20
東部体育館(木)	11/5(木)	14:00~申込順
東部体育館(金)	11/6(金)	14:00~申込順
北部体育館	11/5(木)	9:00~申込順
南部体育館(月)	11/9(月)	14:35~14:40
南部体育館(木)	11/5(木)	9:30~9:35
長田体育館(木)	11/5(木)	11:05~11:15
長田体育館(金)	11/6(金)	9:30~申込順

## サッカー

募集日時		
中央体育館		休講

## ラケット種目

募集日時		
中央体育館	11/9(月)	9:00~申込順
東部体育館	11/4(水)	14:50~15:00
北部体育館	11/4(水)	9:00~申込順
長田体育館	11/9(月)	14:55~15:05
清見潟SC	11/9(月)	14:50~14:55
蒲原体育館	11/5(木)	10:00~申込順

## ミニバスケットボール

募集日時		
中央体育館	11/2(月)	9:00~申込順
東部体育館	11/20(金)	10:30~申込順
北部体育館	11/9(月)	9:00~申込順
南部体育館	11/12(木)	9:30~申込順
長田体育館	11/3(火)	9:30~申込順

## バスケットボール

募集日時		
中央体育館	11/2(月)	9:00~申込順
東部体育館	11/20(金)	10:30~申込順
北部体育館	11/9(月)	9:00~申込順
南部体育館	11/12(木)	9:30~申込順
長田体育館	11/3(火)	9:30~申込順

## 弓道

募集日時		
中央体育館(午前)	11/2(月)	9:00~申込順
中央体育館(夜間)	11/2(月)	9:00~申込順
北部体育館(午前)	11/12(木)	9:00~申込順
北部体育館(夜間)	11/12(木)	9:00~申込順

## なぎなた

募集日時		
中央体育館	11/2(月)	9:00~申込順
北部体育館	11/7(土)	9:00~申込順
南部体育館	11/18(水)	9:30~申込順

## 初級ヨガ

募集日時		
中央体育館	11/6(金)	14:35~14:40
東部体育館	11/9(月)	14:00~申込順
北部体育館	11/9(月)	9:00~申込順
清見潟SC(A)	11/10(火)	11:00~11:05
清見潟SC(B)	11/10(火)	11:00~11:05

## ダンス&エアロビクス

募集日時		
中央体育館	11/13(金)	11:50~11:55
東部体育館	11/6(金)	10:30~申込順
北部体育館	11/4(水)	9:00~申込順
南部体育館	11/5(木)	10:30~10:35
長田体育館	11/6(金)	9:30~申込順

## フィットネス

募集日時		
長田体育館	11/17(火)	18:00~18:10

## 卓球

募集日時		
中央体育館	11/2(月)	9:00~申込順
東部体育館(水)	11/18(水)	13:30~申込順
東部体育館(土)	11/7(土)	17:20~17:30
北部体育館	11/12(木)	9:00~申込順
南部体育館	11/13(金)	9:30~申込順
長田体育館	11/4(水)	9:30~申込順

## バドミントン

募集日時		
中央体育館	11/2(月)	9:00~申込順
東部体育館	11/12(木)	10:30~申込順
北部体育館	11/10(火)	9:00~申込順
南部体育館	11/11(水)	9:30~申込順
長田体育館	11/6(金)	9:30~申込順

## 新体操

募集日時		
東部体育館	11/5(木)	10:30~申込順
北部体育館	11/4(水)	9:00~申込順
長田体育館	11/7(土)	9:30~申込順

## 体操・新体操

募集日時		
中央体育館		休講

## 合気道

募集日時		
中央体育館(水)	11/2(月)	9:00~申込順
中央体育館(日)	11/2(月)	9:00~申込順
東部体育館	11/13(金)	10:30~申込順
北部体育館	11/7(土)	9:00~申込順
南部体育館	11/19(木)	9:30~申込順
長田体育館	11/3(火)	9:30~申込順

## 杖道(じょうどう)

募集日時		
中央体育館	11/2(月)	9:00~申込順
北部体育館	11/11(水)	9:00~申込順
長田体育館	11/9(月)	9:30~申込順

## 筋トレ&エアロビクス

募集日時		
中央体育館	11/9(月)	11:05~11:10
東部体育館	11/9(月)	10:30~申込順
北部体育館	11/5(木)	9:00~申込順
南部体育館	11/5(木)	11:30~11:35
長田体育館	11/4(水)	9:30~申込順
清見潟SC	11/4(水)	11:30~11:35
蒲原体育館	11/5(木)	10:00~申込順

## ストレッチ&エアロビクス

募集日時		
南部体育館(火)	11/10(火)	10:30~申込順
南部体育館(金)	11/6(金)	14:35~14:40
長田体育館(A M)	11/10(火)	9:30~申込順
長田体育館(P M)	11/10(火)	9:30~申込順

## 女性エアロビクストレーニング

募集日時		
南部体育館		休講 (10/2更新)

## ミニバレーボール

募集日時		
中央体育館	11/2(月)	9:00~申込順
東部体育館	11/11(水)	10:30~申込順
北部体育館	11/4(水)	9:00~申込順
南部体育館	11/17(火)	9:30~申込順
長田体育館	11/5(木)	9:30~申込順

## バレーボール

募集日時		
中央体育館	11/2(月)	9:00~申込順
北部体育館	11/4(水)	9:00~申込順
南部体育館	11/17(火)	9:30~申込順
長田体育館	11/5(木)	9:30~申込順

## 初心者バレーボール

募集日時		
清見潟SC	11/19(木)	9:00~申込順

## 剣道

募集日時		
中央体育館	11/2(月)	9:00~申込順
東部体育館	11/13(金)	10:30~申込順
北部体育館	11/6(金)	9:00~申込順
南部体育館	11/14(土)	9:30~申込順
長田体育館	11/3(火)	9:30~申込順

## 空手道

募集日時		
中央体育館(協会)	11/2(月)	9:00~申込順
中央体育館(和道会)	11/2(月)	9:00~申込順
東部体育館(協会)	11/4(水)	10:30~申込順
東部体育館(拳正会)	11/7(土)	10:30~申込順
東部体育館(和道会)	11/12(木)	10:30~申込順
北部体育館(協会)	11/13(金)	9:00~申込順
北部体育館(剛柔会)	11/10(火)	9:00~申込順
南部体育館(和道会)	11/12(木)	9:00~申込順
南部体育館(協会)	11/14(土)	9:30~申込順
南部体育館(和道会昼間)	11/13(金)	9:30~申込順
南部体育館(和道会夜間)	11/14(土)	9:30~申込順
長田体育館(協会)	11/5(木)	9:30~申込順
長田体育館(和道会)	11/4(水)	9:30~申込順

## シニア健康体操

募集日時		
中央体育館(火)	11/10(火)	14:35~14:45
中央体育館(木)	11/5(木)	14:35~14:45
北部体育館(火)	11/10(火)	14:30~14:40
北部体育館(金)	10/30(金)	14:30~14:40
南部体育館	11/4(水)	10:45~申込順
清見潟SC	11/6(金)	14:30~14:35
蒲原体育館	11/5(木)	10:00~申込順

## 70歳以上の健康体操

募集日時		
東部体育館	11/10(火)	14:35~14:45
南部体育館	11/17(火)	14:35~14:40
長田体育館	11/5(木)	9:30~申込順

## 男性トレーニング

募集日時		
中央体育館		休講 (10/2更新)
南部体育館		休講 (10/2更新)
長田体育館		休講 (10/2更新)

## バレーボール

募集日時		
南部体育館	11/9(月)	11:15~申込順

## テニス

募集日時		
中央体育館	11/2(月)	9:00~申込順
東部体育館	11/17(火)	10:30~申込順
北部体育館	11/11(水)	9:00~申込順
南部体育館	11/16(月)	9:30~申込順
長田体育館	11/9(月)	9:30~申込順

## ソフトテニス

募集日時		
中央体育館	11/2(月)	9:00~申込順
東部体育館	11/16(月)	10:30~申込順
北部体育館	11/13(金)	9:00~申込順

## トランポリン

募集日時		
長田体育館(1部)	11/21(土)	17:00~17:10
長田体育館(2部)	11/21(土)	18:00~18:10

## 柔道

募集日時		
中央体育館	11/2(月)	9:00~申込順
東部体育館	11/16(月)	10:30~申込順
北部体育館		休講
南部体育館	11/10(火)	9:30~申込順
長田体育館	11/4(水)	9:30~申込順

## 柔道(中級)

募集日時		
中央体育館		休講

## 居合道

募集日時		
中央体育館	11/2(月)	9:00~申込順
東部体育館	11/10(火)	10:30~申込順
北部体育館	11/6(金)	9:00~申込順
長田体育館	11/6(金)	9:30~申込順

大雨・洪水・暴風・大津波(清見潟SC・蒲原体育館は津波)のいずれかの警報が発表された場合は、募集を延期しますので、各施設にお問い合わせください。  
 (※申込順の教室は除く)