

KSC スポーツ教室開催! 参加申込受付中!



2021年 5月・6月・7月



※写真はイメージとなります。

主 催：神奈川スポーツコミュニケーションズ株式会社
運 営：ミズノ株式会社、公益財団法人神奈川県スポーツ協会
お問合せ
電 話：0466-82-7050 FAX：0466-32-9699
窓 口：神奈川県立スポーツセンター内グリーンハウス
メール：kanagawasc@mizuno.co.jp

会 場：神奈川県立スポーツセンター
住 所：神奈川県藤沢市善行7-1-2
アクセス：小田急江ノ島線 善行駅東口より徒歩7分



月謝制スクール

教室名	対 象	曜 日	時 間	内 容	定 員	参加料
ハンドボール教室	低学年 小1～3年生	木	16:30～17:40	「走る・跳ぶ・投げる」要素を含むハンドボールで 運動能力向上を目指します!	各20名	¥4,950/月
	高学年 小4～6年生		17:50～19:00			
ボクシング エクササイズ	一般(16歳以上)	水	19:00～20:00	ボクシングの動きを使ったエクササイズです。	各50名	¥3,300/月
		金	14:00～15:00			
ピラティス教室	一般(16歳以上)	水	20:10～21:00	正しい姿勢を意識して運動することで、お腹や腰、背中周りの体幹部分の たるみ改善や姿勢の維持など綺麗な体づくりを行っていきます。	30名	¥3,300/月
カラダ調整体操	一般(16歳以上)	木	9:30～10:30	体のゆがみを知り、改善したり背骨や肩・股関節の機能を正常化、全身の 機能的動作を構築することを目的とした運動です。この運動を 繰り返すことで少しずつ体に本来ある形・機能を取り戻していきます。	20名	¥2,750/月
バスケットボール 教室	低学年 小1～3年生	水	16:30～17:40	バスケットボールの基礎から応用まで練習します。	各20名	¥4,950/月
	高学年 小4～6年生		17:50～19:10			
	中学生		19:20～20:50			
バドミントン教室	初級(16歳以上)	金	9:00～10:30	未経験者対象のクラスです。	各20名	¥4,950/月
	中・上級(16歳以上)		10:30～12:00	経験者対象のクラスとなります。		
	低学年 小1～3年生		16:30～17:45	基礎練習から行いますので、 ラケットも握ったことのない方でも気軽に参加できます。		
	高学年 小4～6年生		17:55～19:10			
	中学生以上		19:20～21:00			

※受講対象年齢は教室期間中の年齢として取り扱います。

月謝制スクールのご案内

- 月謝制スクールは会員制となりますが、入会金・年間費は無料です。
- 随時無料体験の受付をしております。
(無料体験は教室ごとに一回までとなっております)。
- 月謝のお支払いは毎月初回教室時にお支払いをお願いします。
(お支払いは現金のみとなっております)。

※詳しい開催日程についてはHPまたはお申込み時にお渡しするカレンダーにてご確認ください。

子ども

楽しくて魅力的な教室がいっぱい!



教室名	対 象	曜 日	時 間	内 容	定 員	参加料	日 程
スポーツキッズ教室	㊤ 満3,4歳	水	15:30～16:30	子供の運動能力(走、跳、投)を、成長段階に合わせて、遊びの中から育てていきます。	各20名	全10回 ¥9,900	5月 12・19・26日 6月 2・9・16・23・30日 7月 7・14日
	㊤ 満5,6歳		16:40～17:40				
	㊤ 小学生		17:50～18:50				
親子体操教室	すくすくクラス 満1～2歳のお子様と保護者のびのびクラス 満2～3歳のお子様と保護者	金	9:30～10:30	親子で一緒に楽しく運動遊びを行います。 また保護者の方への健康増進プログラムも実施していきます。 ※すくすくクラスは1人で歩く事が出来るお子様が対象となります。	各15組	全10回 ¥11,000	5月 7・14・21・28日 6月 4・11・18・25日 7月 2・9日
			10:45～11:45				
HIPHOPダンス教室	低学年 小1～3年生	木	17:00～18:00	ダンスに初めて挑戦する子供たちでも大丈夫! HIPHOPの基本動作から始め、 ダンスを通じて身体を動かす楽しさを身につけます。	各20名	全10回 ¥16,500	5月 13・20・27日 6月 3・10・17・24日 7月 1・8・15日
	高学年 小4～6年生		18:15～19:15				
ジュニアジャズダンス教室	低学年 小1～3年生	金	17:00～18:00	ダンスに初めて挑戦する子供たちでも大丈夫! Jazzダンスの基本動作から始め、 ダンスを通じて身体を動かす楽しさを身につけます。	各20名	全10回 ¥16,500	5月 7・14・21・28日 6月 11・18・25日 7月 2・9・16日
	高学年 小4～6年生		18:15～19:15				

卓 球

教室名	対 象	曜 日	時 間	内 容	定 員	参加料	日 程
卓球教室	一般 (16歳以上)	木	14:00～16:00	初めてラケットを握る方から経験者まで、 硬式卓球、ラージボール卓球を楽しめます。	40名	全10回 ¥9,900	5月 13・20・27日 6月 3・10・17・24日 7月 1・8・15日
	ジュニア (小学生)		16:45～18:45	初めてラケットを握る方から経験者まで、 卓球の基礎を楽しく丁寧に指導していきます。	各20名		
	ナイト (中学生以上)		19:00～21:00	初めてラケットを握る方から経験者まで、 レベルに合わせて卓球を楽しめます。			

水 泳

教室名	対 象	曜 日	時 間	内 容	定 員	参加料	日 程
水中ウォーキング	一般 (16歳以上)	火	9:00～10:00	泳げない方でも参加できます。浮力により足腰の関節への負担が少ない水中で、楽しく運動を行います。	各15名	全7回 ¥6,930	5月 11・18・25日 6月 1・8・15・22日
		金					5月 7・14・21・28日 6月 4・11・18日
水泳教室	一般 (16歳以上)	火	10:00～12:00	レベルに合わせ、美しく、長く泳げるよう、楽しく指導していきます。	各50名	全7回 ¥10,010	5月 11・18・25日 6月 1・8・15・22日
		金					5月 7・14・21・28日 6月 4・11・18日

一 般

教室名	対 象	曜 日	時 間	内 容	定 員	参加料	日 程
60歳からの 体力づくり教室	60歳以上	火	9:30～11:00	健康維持や生活習慣病予防のために、ストレッチ、 筋トレ、スクエアステップ等、楽しく身体を動かしていきます。	20名	全10回 ¥9,900	5月 11・18・25日 6月 1・8・15・22・29日 7月 6・13日
目覚めのヨガ教室	一般 (16歳以上)	水	9:30～10:30	朝の硬い身体を丁寧にほぐし、全身を活性化させていきます。	各30名	全10回 ¥11,000	5月 12・19・26日 6月 2・9・16・23・30日 7月 7・14日
季節の呼吸と ヨガ教室			10:45～11:45	ヨガのポーズと季節に合わせた呼吸法を習得し、 健やかな身体と穏やかな心を作っていきます。			
フラダンス教室	16歳以上 (女性)	金	9:30～10:45	フラが初めての方でもわかりやすく指導します。基本的な ステップとハンドモーションを練習をして課題曲を完成させましょう! ハワイアン曲で心身ともにリフレッシュ出来ます!!	30名	全10回 ¥11,000	5月 7・14・21・28日 6月 11・18・25日 7月 2・9・16日
スローエアロビック	一般 (16歳以上)	木	9:30～10:30	健康寿命の延伸を目的とした体力づくりを行います。 高齢者や運動初心者の方にも気楽に参加できます。	各30名	全10回 ¥9,900	5月 13・20・27日 6月 3・10・17・24日 7月 1・8・15日
エアロビック			10:45～11:45	ウォーキングを中心とした軽有酸素運動を行います。 男女の区別なく誰でも手軽に楽しめます。			
太極拳教室	一般 (16歳以上)	木	10:15～11:45	初めての方から経験者まで参加できます。 ゆっくりとした動作や体重移動により、 足腰の筋力を鍛え、体と心の緊張をほぐします。	30名	全10回 ¥9,900	5月 13・20・27日 6月 3・10・17・24日 7月 1・8・15日
マインドフルネスヨガ	中学生以上	木	19:30～20:30	ゆっくりとした動きと、優しい瞑想を取り入れ、 心を落ち着かせるヨガです。	20名	全10回 ¥11,000	5月 13・20・27日 6月 3・10・17・24日 7月 1・8・15日

主 催: 神奈川スポーツコミュニケーションズ株式会社

神奈川県立スポーツセンター内グリーンハウス

TEL.0466-82-7050

テニスコート

教室名	対 象	曜 日	時 間	内 容	定 員	参加料	日 程
ジュニアテニス教室	Jr-B (ベーシック)	火	17:00～18:00	通常よりやわらかいグリーンボールを使用するクラス。 無理なく基本打球動作の習得を目指します。	各10名	全10回 ¥16,500	5月 11・18・25日 6月 1・8・15・22日 7月 6・13・20日
	Jr-2		18:10～19:10	ジュニア1修了者のクラス。(10歳以上は自己申告可) 各種打球動作の習得を目指します。			
	Jr-1	木	17:00～18:00	レギュラーボールを打つ体力のある初心者クラス。 レギュラーボールの導入とベースラインラリーの習得を目指します。	各10名	全10回 ¥16,500	5月 13・20・27日 6月 3・10・17・24日 7月 1・8・15日
	Jr-2		18:10～19:10	ジュニア1修了者のクラス。(10歳以上は自己申告可) 各種打球動作の習得を目指します。			
	Jr-1	金	17:00～18:00	レギュラーボールを打つ体力のある初心者クラス。 レギュラーボールの導入とベースラインラリーの習得を目指します。	各10名	全10回 ¥16,500	5月 14・21・28日 6月 4・11・18・25日 7月 2・9・16日
	Jr-B (ベーシック)		18:10～19:10	通常よりやわらかいグリーンボールを使用するクラス。 無理なく基本打球動作の習得を目指します。			
テニス教室	初中級	火	9:30～11:00	基本4技術を使って スムーズなラリーができるように指導します。	各8名	全10回 ¥24,200	5月 11・18・25日 6月 1・8・15・22日 7月 6・13・20日
	中級		11:10～12:40	各ショットの連携プレーを中心に指導します。			
	初級①		13:10～14:40	グランドストローク・ボレー・サーブ・スマッシュの 基本技術を指導します。			
	初級②		19:20～20:50	グランドストローク・ボレー・サーブ・スマッシュの 基本技術を指導します。		全10回 ¥27,500	
	初級	水	9:30～11:00	グランドストローク・ボレー・サーブ・スマッシュの 基本技術を指導します。	各8名	全10回 ¥24,200	5月 12・19・26日 6月 2・9・16・23日 7月 7・14・21日
	中級		11:10～12:40	各ショットの連携プレーを中心に指導します。			
	初中級		13:10～14:40	基本4技術を使って スムーズなラリーができるように指導します。			
	中級	木	9:30～11:00	各ショットの連携プレーを中心に指導します。	各8名	全10回 ¥24,200	5月 13・20・27日 6月 3・10・17・24日 7月 1・8・15日
	初中級①		11:10～12:40	基本4技術を使って スムーズなラリーができるように指導します。			
	初級		13:10～14:40	グランドストローク・ボレー・サーブ・スマッシュの 基本技術を指導します。			
	初中級②		19:20～20:50	基本4技術を使って スムーズなラリーができるように指導します。		全10回 ¥27,500	
	中級①	金	9:30～11:00	各ショットの連携プレーを中心に指導します。	各8名	全10回 ¥24,200	5月 14・21・28日 6月 4・11・18・25日 7月 2・9・16日
	初級		11:10～12:40	グランドストローク・ボレー・サーブ・スマッシュの 基本技術を指導します。			
	初中級		13:10～14:40	基本4技術を使って スムーズなラリーができるように指導します。			
	中級②		19:20～20:50	各ショットの連携プレーを中心に指導します。		全10回 ¥27,500	

※受講対象年齢は教室期間中の年齢として取り扱います。

お申込み方法

●必要事項明記の上、メールまたはグリーンハウス受付窓口

【申し込み時必要事項】 ①教室名 ②対象(クラス) ③参加者名(フリガナ) ④性別 ⑤生年月日 ⑥学年 ⑦住所 ⑧電話番号
⑨メールアドレス ⑩緊急連絡先

【受付メールアドレス】 kanagawasc@mizuno.co.jp

●参加決定の際は参加決定通知を送らせていただきます。参加料は教室当日、現金でお支払いください。

●月謝制スクール以外の教室で申込が定員を超えた際は抽選となります。