

## 各種教室・イベントのご案内



No	教室名 内容	開催日時	対象者	定員	回数 費用	申込み 期限
①	リバーサイドフェスティバル 🎪 イベント ①小銭入れづくり ②ミサンガづくり ③体力チェック ④グラブチェアフオスポット 野球グラブの椅子に座って記念撮影ができます	11/ 9 土曜日 11/10 日曜日 10:00～16:00 ※15:30受付終了	5歳以上	—	①500円 ②500円 ③500円 ④無料	当日
②	60代から始めるトレーニング教室 自宅でもできる簡単なトレーニングとストレッチをご紹介します。 運動不足の方、これから運動を始めたい方にお勧めします。 講師:トレーニング室指導員	11/20 水曜日 15:00～16:00	60歳以上	10人	全1回 500円	10/30
③	幼児体操教室 様々な運動を体験して、運動の土台づくりを行います。 運動が苦手な子どもでも楽しくできるように進めていきます。 講師:トレーニング室指導員	11/20～12/25 毎週水曜日 16:00～16:45	4・5歳	20人	全6回 3,000円	10/30
④	逆上がりチャレンジ教室 学校で逆上りに苦戦しているお子様も、鉄棒遊びを交えながら楽しくチャレンジしていきます。 講師:トレーニング室指導員	11/20～12/11 毎週水曜日 17:10～18:00	逆上がりができない小学生	15人	全4回 2,000円	10/30
⑤	幼児ヒップホップ教室 はじめてダンスに挑戦する子ども達を対象にヒップホップの簡単なステップと振り付けを学びます。 楽しくリズム感を養うことができます。 講師:高田 早織	11/28～1/23 毎週木曜日 16:00～16:45 ※1/2を除く	4歳～小学1年生	20人	全8回 4,000円	10/31
⑥	小学生ヒップホップ教室(木曜日) はじめてダンスに挑戦する子ども達を対象にしたヒップホップの基本を学ぶ教室です。 ステップ・振り付けをひとつずつ学びます。 ②は中学生まで参加可能です。 講師:YU	11/28～1/23 毎週木曜日 ※1/2を除く	①小学1・2年生 16:55～17:45 ②小学3年生～ 中学生 17:50～18:40	23人 23人	全8回 4,000円 全8回 4,000円	10/31 10/31
⑦	キッズダンス基礎教室 はじめてダンスに挑戦する子ども達を対象に簡単なステップや振り付けを楽しく学びます。ダンスを通して体力づくりや協調性を身につけることを目的とした教室です。 講師:MINAMI	11/29～1/24 毎週金曜日 16:00～16:45 ※1/3を除く	4歳～小学1年生	20人	全8回 4,000円	11/1



裏に続きます☺📄





# 目黒区民センター体育館



## 各種教室・イベントのご案内

No	教室名 内容	開催日時	対象者	定員	回数 費用	申込み 期限
⑧	小学生ヒップホップ教室（金曜日） はじめてダンスに挑戦する子ども達を対象にしたヒップホップの基本を学ぶ教室です。 ステップ・振り付けをひとつずつ学びます。 講師：MINAMI	11/29～1/24 毎週金曜日 ※1/3を除く	①小学1・2年生 16:55～17:45	23人	全8回 4,000円	11/1
			②小学3年生～ 6年生 17:50～18:40	23人	全8回 4,000円	11/1
⑨	チューブdeトレーニング チューブを使った筋力アップの為にトレーニングを行います。 運動を始めたい方、運動不足の方におすすめです。 講師：トレーニング室指導員	12/3～24 毎週火曜日 14:00～15:00	16歳以上	20人	全4回 2,000円	11/12
⑩	ソフトテニスクリニック ソフトテニスの基本指導を行います。ラケットの握り方・構え方・ストロークの練習法、ゲームなど、生涯スポーツ(ソフトテニス)を楽しむための知識・技能を習得できます。 講師：山口 大地	12/8 日曜日	①中学生 9:00～10:45	28人	無料	11/18
			②16歳以上 11:00～12:45	28人	無料	11/18
⑪	大人のための水泳教室 水泳のコツを目黒水泳連盟の指導員が丁寧に指導いたします。初めてのかたはもちろん、以前参加されたかたや、もう少しうまくになりたいというかたも参加いただけます。 講師：目黒区水泳連盟指導員	12/13～2/7 毎週金曜日 18:40～20:10 ※1/3を除く	中学生以上	30人	全8回 4,000円	11/22



※時間変更・人数変更の可能性がございますので予めご了承ください。

※ 申込みは、目黒区ホームページ/FAX/ハガキ/窓口にて受付しております。  
電話での受付はしていません。

※ 当選結果は、当選者のみ ハガキにて通知いたします。  
落選の方へは通知しませんのでご了承ください。

※ お問い合わせ等ございましたら、右記連絡先までご連絡ください。

目黒区民センター体育館

Tel 03-3711-1139

Fax 03-3711-2594



キリリ線

教室No.	教室名	( 受付日 )		
フリガナ	性別	学年	年齢	
氏名	男 ・ 女	年	歳	
住所	TEL			
mail address				
目黒区在勤在学の方は下記も記入してください↓				
学校・会社名称	所在地			

※利用目的について この度、お客様から頂戴致します個人情報は「教室運営」のみに利用させていただきます。それら諸連絡を実施するにあたり、「目黒区民センター体育館」で厳重に管理させていただきます。

目黒区立目黒区民センター体育館

〒153-0063 目黒区目黒2-4-36 TEL 03-3711-1139