

みんなで楽しく、プレーしよう！

個人参加型バレーボール



1人でも！初心者でも！
ご参加OK！



バレーボールが好きな方、誰でも参加可能！

場 所	大泉学園町体育館 競技場 B コート
日 時	水曜日 10:30～11:45
参加費	1人500円（税込）
定 員	24名
対 象	高校生以上（男女合同）
持ち物	動きやすい服装、室内シューズ 飲み物、タオル

個人参加のコンセプト

- ・安全・安心な環境を提供します！
- ・バレーボールをやりたい方
- ・スキルアップしたい方
- ・試合メインで行ないます！
- ・その日集まった人たちで楽しくやりましょう！

ルール

- ・ウォーミングアップ
（簡単な練習をおこないます）
- ・集まったメンバーでチーム構成して試合をおこないます。
- ・6人制ルール ※変更あり
- ・ネットの高さ 215cm
（高さは応じて変更あり）

※参加方法につきましては、裏面をご覧ください。
 ※日程詳細につきましては、裏面のスケジュール表をご覧ください
 ※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理致しますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する場合がございますので、予めご了承ください。
 ※事業広報活動の為、写真を撮影する場合がございます。

練馬区大泉学園町体育館

TEL：03-5905-1161

〒178-0061 練馬区大泉学園町5-14-24
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7504>



●営業時間 9:00～21:30

●休館日 毎月第2月曜日・年末年始



施設ホームページ

公式LINE



2024 4月						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

5月						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

6月						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

7月						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

8月						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

9月						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

10月						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

11月						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

12月						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

2025 1月						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2月						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

3月						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

■・・・教室開催日 ■・・・休館日

◆個人参加型バレーボールスキルアップ教室 2024年度開催スケジュール

上記日程が2024年4月～2025年3月末までの開催スケジュールとなります。

◆申し込み・参加方法について

- ・体育館1階総合受付またはお電話・当館WEBサイトにて申し込みとなります。
- ・参加方法につきましては、当日、1階受付にて【お名前・ご連絡先】を記入してください。
- ・【先着順】となっております。

◆お支払い方法について

- ・開催日当日、開始時間前までに1階総合受付にてお支払いください。
- ・競技場にて、領収書とpointカードを担当スタッフにお渡しください。

◆その他注意事項

- ・休講または開催日の変更がある際は、当体育館HPおよび公式LINEにてご連絡いたします。
- ・当体育館よりお電話させていただく場合、以下の番号よりご連絡いたします。
03-5905-1162 もしくは 03-5905-1163
- ・更衣後の衣類・所持品は、コインロッカーをご利用ください。
- ・貴重品は持ち込まないようお願いします。
- ・盗難があった場合、当館は一切責任を負いません。
- ・体調には十分ご留意ください。体調の悪い時は無理をしないでください。
- ・個人利用とは異なりますので、ご了承ください。
- ・担当スタッフがいらっしゃいますので、お気軽にご参加ください！
- ・9人制プレーでも参加可能です！