

ハンドボールで楽しく身体を動かそう！  
**ミズノ女性のハンドボール教室**

**未経験者  
大歓迎！！**



**参加者募集中！！**

**コーチ紹介**

- 場所** ■ エスフォルタアリーナ八王子  
アリーナ
- 日時** ■ 毎月第2火曜日 10:00～12:00  
※土日祝日での開催がある場合もございます。
- 参加費** ■ ¥1,000 (税込) /1回
- 対象** ■ 16歳以上の女性
- ネット申込** ■ QRコードを読み取って  
必要事項を入力して送信



**内田 康博**  
ウチダ ヤスヒロ

ミズノハンドボールスクールコーチ  
 ミズノスポーツスクールコーチ  
 東久留米市立西中学校外部コーチ  
 ハンドボールD級審判員



**小田中 叡人**  
オダナカ アキト

ミズノハンドボールスクールコーチ  
 八王子ユナイテッドH.C. コーチ  
 あきる野ハンドボールクラブ アドバイザー  
 18' U16 女子日本代表 コーチ  
 16'-17' HEI / VRI U16  
 (デンマーク) ヘッドコーチ

※どちらかが担当します。

- 持ち物：動きやすい服装・室内シューズ・タオル・飲み物
- 定員：20名(先着順)
- 内容：簡単な基礎から行い、ミニゲーム等を行います。  
初心者や未経験の方も楽しめます。  
楽しみながら体を動かしましょう。

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あしからずご了承ください。



**エスフォルタアリーナ八王子**  
**TEL : 042-662-4880**  
 〒193-0941 東京都八王子市狭間町1453-1  
<http://www.mizuno.jp/>

- 営業時間 8 : 30～22 : 30
- 休館日 4/11・5/16・7/11・9/12・11/12・12/29～1/3・2/13・3/13

2022年度 女性のハンドボール教室カレンダー

4月							5月							6月							7月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4						1	2
3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30	29	30	31					26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30
																					31						

  

8月							9月							10月							11月							
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
		1	2	3	4	5	6					1	2	3							1			1	2	3	4	5
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	
28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30					
														30	31													

  

12月							1月							2月							3月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4				1	2	3	4
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	5	6	7	8	9	10	11
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	12	13	14	15	16	17	18
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	19	20	21	22	23	24	25
25	26	27	28	29	30	31	29	30	31					26	27	28					26	27	28	29	30	31	

開講日



◆ 詳細

◆ 受付方法について

- ・HP・お電話・受付にてご予約ください。

◆ お支払い方法について

- ・受付横の券売機にてチケットを購入後、直接アリーナへお持ちください。
- ・入り口にて利用記名票にご記入いただき、チケットを添付してください。

◆ その他注意事項

- ・更衣後の衣類・所持品は、コインロッカー（返金式）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、当施設は一切責任を負いません。
- ・メガネを着用してのプレーはご遠慮ください。  
※スポーツメガネは除く
- ・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。
- ・受講料の返金は原則として致しませんので予めご了承ください。
- ・当日キャンセルの場合は参加費の100%がキャンセル料として発生致します。
- ・イベント等により日程が変更となる場合がございます。予めご了承ください。
- ・教室時に撮影した写真は広告宣伝としてHP・チラシ等に使用させていただく場合がございます。
- ・講師が変更になる場合がございますので、予めご了承ください。