

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！**

- 場 所** ■ エスフォルタアリーナ八王子  
アリーナ
- 日 時** ■ 金曜日 20:00～21:30 (90分)  
※下記の詳細及び裏面をご確認ください。
- 参加費** ■ 1,200円/1回 (税込)
- 対 象** ■ 中学生以上の女性  
(中学生は必ず保護者同伴)
- 申 込** ■ HP、お電話、総合受付にて  
1か月前から可能

WEB予約はこちらから▶



**コーチ紹介**



小田中 亶人  
オダナカ ケンキ

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.代表兼コーチ  
 日本スポーツ協会公認ハンドボールコーチ 3



内田 康博  
ウチダ ヤシヒロ

八王子ユナイテッドH.C U-12ヘッドコーチ  
 日本スポーツ協会公認ハンドボールコーチ 1  
 ミズノハンドボールスクール コーチ

- 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場合があります。  
 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

<https://shisestu.mizuno.jp/m-7509>

● 営業時間 8:30～22:30

● 休館日 4/13・5/11・7/13・9/7  
 11/9・12/29～1/3・  
 2/8・3/8

2026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	3	4						1	2		1	2	3	4	5	6				1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30					26	27	28	29	30	31	
							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			1	2	3	4	5					1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31	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	4	5						1	2		1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	7	8	9	10	11	12	13
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	14	15	16	17	18	19	20
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	21	22	23	24	25	26	27
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30	28							28	29	30	31			
							31																				

開講日  

◆ 詳細

◆ 受付方法について

- ・開催日の1か月前からご予約可能です。
- ・HP、お電話、1F総合受付にてご予約ください。

◆ お支払い方法について

- ・1F総合受付横の券売機にてチケット【女性のハンドボール教室】を購入後、直接アリーナへお持ちください。
- ・アリーナ入口にてチケット裏面にお名前をご記入いただき、担当コーチまたは担当スタッフにお渡しください。

◆ キャンセルについて

- ・キャンセルされる場合は、必ず前日までにご連絡下さい。
- HPよりお申し込んだ場合も前日までにお電話またはメールにてご連絡ください。
- ・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。
- 1週間以内にお支払いください。

◆ その他注意事項

- ・更衣後の衣類・所持品は、更衣室内コインロッカー（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いたします。
- 盗難があった場合、当施設は一切責任を負いません。
- ・メガネはバンドで固定、もしくはスポーツメガネの着用をお願いいたします。
- 破損時の補償はできません。
- ・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。
- ・参加費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。
- ・イベントなどにより中止となる場合がございます。HPなどで確認をお願い致します。
- ・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。
- ・コーチが変更になる場合がございます。予めご了承ください。
- ・中学生のご参加は必ず保護者同伴でお願いします。
- ・当教室ではスポーツ傷害保険に加入しておりません。予めご了承ください。
- お客様ご自身でスポーツ傷害保険に加入されることをお勧めいたします。