

地域体育館 令和7年度第3期自主事業申込み状況一覧表(11／24現在)

	教室名	曜日	時間帯	定員	募集人数
白糸台 朝日FP 押立	シェイプアップ教室	火曜日	午前10時～11時30分	80名	0名
	ストレッチ＆軽スポーツ教室	水曜日	午後1時30分～3時	25名	1名
	60歳からの健康づくり教室	木曜日	午後1時30分～3時	90名	0名
	小学生体操教室	金曜日	午後4時00分～5時15分	60名	22名
	お気軽エアロ教室	金曜日	午後7時30分～8時45分	30名	6名
	成人軽スポーツ教室	土曜日	午前10時～11時30分	20名	0名
	リズム＆ストレッチ教室	水曜日	午後1時30分～3時	60名	38名
吉朝日FP 押立	60歳からの健康づくり教室(午前コース)	金曜日	午前10時～11時30分	50名	5名
	60歳からの健康づくり教室(午後コース)	金曜日	午後1時30分～3時	70名	33名
	小学生ニュースポーツ教室	土曜日	午後3時30分～5時	30名	0名
	60歳からの健康づくり教室(Aコース)	月曜日	午前9時～10時15分	18名	2名
	60歳からの健康づくり教室(Bコース)		午前10時35分～11時50分	18名	0名
	60歳からの健康づくり教室(トレーニングコース)	月曜日	午後1時30分～3時	70名	0名
	60歳からの健康づくり教室(ストレッチコース)	火曜日	午後1時30分～3時	90名	0名
本宿 四谷	エアロビクス教室	火曜日	午後7時30分～8時45分	30名	19名
	ジュニアスポーツ教室	水曜日	午後3時30分～5時	50名	23名
	リズム体操教室	木曜日	午後1時30分～3時	80名	20名
	Enjoyスポーツ教室	土曜日	午後6時～7時	15名	12名
	リズム＆トレーニング教室	土曜日	午後7時30分～8時45分	15名	9名

	教室名	曜日	時間帯	定員	募集人数
栄町	60歳からの健康づくり教室(Aコース)	月曜日	午前9時～10時15分	90名	66名
	60歳からの健康づくり教室(Bコース)	月曜日	午前10時45分～12時	90名	23名
	60歳からの健康づくり教室(金コース)	金曜日	午前9時～10時15分	70名	30名
	ウォーキング＆トレーニング教室	月曜日	午後1時30分～3時	60名	32名
	成人体力づくり教室	火曜日	午後7時30分～8時45分	20名	17名
	こどもチャレンジスポーツ教室	水曜日	午後3時30分～5時	30名	11名
	シェイプアップ教室	木曜日	午後1時30分～3時	70名	47名
本宿 四谷	60歳からの健康づくり教室(Aコース)	月曜日	午前9時～10時15分	90名	26名
	60歳からの健康づくり教室(Bコース)	月曜日	午前10時45分～12時	90名	14名
	ジュニアスポーツ教室	火曜日	午後3時45分～5時	60名	2名
	シェイプアップ教室	水曜日	午前10時～11時30分	90名	17名
	リズムダンス教室	木曜日	午前10時～11時30分	80名	51名
	エアロビクス教室	金曜日	午後7時30分～8時45分	50名	32名
	リズム体操＆ストレッチ教室	月曜日	午後1時30分～3時	70名	53名
谷	60歳からの健康づくり教室	水曜日	午後1時30分～3時	90名	38名
	ソフトエアロビクス教室	金曜日	午前10時～11時30分	70名	45名
	成人体力づくり教室	金曜日	午後7時30分～8時45分	15名	6名
	小学生体力づくり教室	土曜日	午後3時30分～5時	60名	9名

2次募集受付期間 12月5日(金)～  
\* 定員になり次第受付終了となります。

問合せ先  
白糸台体育館 363－1004 本宿体育館 366－0831  
押立体育館 367－0750 四谷体育館 368－7455  
栄町体育館 367－0611 日吉体育館 363－2501

※ 2次募集人数は、11月24日(月)時点での数字となっております。詳細につきましては、各館へお問い合わせください。