

# スポーツ情報

## 鉄棒・跳び箱の日

鉄棒、跳び箱の特訓が気軽にできます。

**時** 1月15日(月) 15:00~18:00

**場** 笠原体育館 第3競技場

**対** 小学生以下 ※小学3年生以下は保護者同伴

**参加料** 1時間当たり50円 ※大人の付き添いの方は無料 **問** 笠原体育館 TEL 43-6285

**先生からの特別アドバイス** **時** 16:00~17:00 ※申込不要



## 硬式テニス教室 ~プロテニス協会認定コーチが指導~

**時** 第4期KGIテニス教室開催期間中(11月~1月) ※全8回。詳細は問い合わせください

**場** 星ヶ台第一コート、脇之島コート、共栄コート **料金** 9,000円(保険代含む)

**クラス** ◆一般(中学生以上)

◆ジュニア 小学1年生~6年生

ビジター(初心~初級)、エンジョイ(ナイター)(初心~中級)、

◆ジュニア2 小学生1年生~6年生

ステップアップ(初級~中上級)、ゲーム(初級~中上級)

※ビジター、エンジョイ(ナイター)、ジュニアは初心者でも安心して受講できます

※ジュニア2は試合経験者が対象

**申問** 星ヶ台管理事務所 TEL 22-2564



## 感謝と挑戦のTYK体育館

## コース型教室(1月)

※体験可(540円/回)

クラス	対	時	定	料金	
シンプルーヨガ	16歳以上	月曜日	各30人	各クラス 週1回(全8回) 1教室 4,320円  2教室以上 教室数×3,240円	
ボディコンディショニング		水曜日			11:50~12:50
エアロビクス(カロリーバーナー)					13:10~14:10
オリジナル健康体操(ピラティス)					14:20~15:20
ジャズダンス		木曜日			15:30~16:30
オリジナル健康体操(らくらくシェイプ)					14:10~15:10
		15:20~16:20			

**持ち物** 運動のできる服(ジーンズやスカートは不可)、室内用シューズ(シンプルーヨガ、ピラティスはシューズ不要)  
※体験後、途中入会も可、詳細は問い合わせください

### 新教室の開講案内

4月から子ども向け体操教室を開講します。

**時** 毎週金曜日 16:30~18:00(予定) ※2~3月に体験教室を開催予定、詳細は問い合わせください

**場 申問** 感謝と挑戦のTYK体育館 TEL 22-4111

## 2月のトレーニング室利用者講習会

トレーニング室の利用には、各体育館の利用者講習会の受講が必要です。希望者は事前に申し込みをしてください。

**対** 高校生以上 **持ち物** 運動のできる服(ジーンズやスカートは不可)、室内用シューズ **受講料** 500円

場 申問	時	定
感謝と挑戦のTYK体育館 TEL 22-4111	毎日実施 ※施設運営状況により休講の場合あり	5人
	10:10~10:50	
	14:10~14:50	
笠原体育館 TEL 43-6285	20日(火)	4人
	5日(月)	
	10日(土)、15日(木)、25日(日)	
	5日(月)、10日(土)、25日(日)	
	18:15~19:15	
	19:45~20:45	

**申込方法** 電話または窓口へ(感謝と挑戦のTYK体育館は1月20日(土)10:00~、笠原体育館は1月4日(木)9:00~)