

令和8年度 第2期 スポーツ教室要項 <A>

教室名	曜日	時間	対象	定員	場所	実施日	単価	回数	参加費	申込日	
1 ヨガA	月	10:00~11:30	16歳以上	50名	武道室	7月:6.13.27	950円	11回	10,450円	 <一次募集> 6/1(月) ~ 6/13(土)	
2 らくらく体操 A		13:10~14:20	60歳以上	30名		8月:3.10.17 24.31					
3 太極拳		15:20~16:50	16歳以上	30名		9月:7.14.28 <u>ラージ卓球のみ</u>					
4 ラージボール卓球		15:00~16:30	50歳以上	45名	小体育室	<u>以下の日にちは休み</u> 7/27、8/31、9/28		8回	7,600円		<結果発表> 6/15(月) 正午頃から
5 おめざめヨガ ※名称変更	火	9:30~10:30	16歳以上	50名	武道室	7月:7.14.21.28			11回		10,450円
6 健康体操		10:40~11:50	50歳以上	30名		8月:4.18.25					
7 パワーヨガ ※名称変更		19:40~20:40	16歳以上	50名	小体育室	9月:1.8.15.29					
8 ヨガB	木	10:00~11:30	16歳以上	50名	武道室	7月:2.9.16 23.30		12回	11,400円		
9 らくらく体操 C		13:10~14:20	60歳以上	30名		8月:6.20.27					
10 らくらく体操 D		14:30~15:40		30名		9月:3.10.17.24					
11 硬式卓球	金	10:00~12:00	30歳以上	45名	小体育室	7月:3.10.17.24		1000円	9回		9,500円 (ボール代を含む)
12 リフレッシュ体操		9:20~10:30	50歳以上	30名	武道室	7月:3.10.17.24	950円	11回	10,450円		
13 シルバー体操		10:40~11:50	65歳以上	30名		8月:7.21.28					
						9月:4.11.18.25					

※一次募集後、定員に満たない教室は随時受付いたします。窓口や電話でご確認の上、お申し込みください。

【参加料】 上記の通り ・途中参加の場合は残り回数分のお支払をお願いします。
 ・定員に空きがある場合は、1回分の料金で体験が可能です。
 (要予約、各期同じ教室はおひとり様一回のみ)

【服装】 運動しやすい服装(肘や膝が曲がりやすいもの)

【持ち物】 室内用シューズ・タオル・飲み物 など

※ 市外の方もご参加いただけます。



●参加料

- ・初回レッスン日にお支払いをお願いします。
- ・入金された参加料は返金いたしかねますのでご了承ください。

●欠席

- ・欠席の場合は事前にご連絡をお願いします。

●保険

- ・スポーツ傷害保険に加入します。

●警報

- ・各種警報が、教室開始1時間半前の時点で「守口市」に発令されている場合は、教室の開催を中止します。
- ・教室開始1時間半前までに警報が解除された場合は、通常通り開催します。
 ※体育館公式HPからもご確認いただけます。

●その他

- ・体育館の管理上、日程などを変更する場合がございますので、あらかじめご了承ください。



<お問合せ先> 守口市民体育館 TEL:06-6992-8201