

令和8年度 第3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	10月:5.19. 26 11月:2.9.16. 30 12月:7. 14 .21	950 円	10 回	9,500 円	 〈一次募集〉 9/1(火) ～ 9/13(日)	
2 らくらく体操 A		13:10～14:20	60歳以上	30名		※らくらく月のみ 12/28開講 ※ラージ卓球のみ 休み		11 回	10,450 円		
3 太極拳		15:20～16:50	16歳以上	30名				10 回	9,500 円		
4 ラージボール卓球		15:00～16:30	50歳以上	45名	小体育室			7 回	6,650 円		
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	10月:6.13.20.27 11月:10.17.24 12月:1.8.15.22		11 回	10,450 円	〈結果発表〉 9/15(火) 正午頃	
6 健康体操		10:40～11:50	50歳以上	30名							
7 パワーヨガ ※名称変更		19:40～20:40	16歳以上	50名	小体育室						
8 ヨガB	木	10:00～11:30	16歳以上	50名	武道室	10月:1.8.15 22.29 11月:5.12.19.26 12月:3.10.17.24		13 回	12,350 円		
9 らくらく体操 C		13:10～14:20	60歳以上	30名							
10 らくらく体操 D		14:30～15:40		30名							
11 硬式卓球	金	10:00～12:00	30歳以上	45名	小体育室	10月:2.9.16 23.30 11月:6.13.20.27 12月:4.11.18.25	1000 円	13 回	13,500 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	950 円	13 回	12,350 円			
13 シルバー体操		10:40～11:50	65歳以上	30名							

※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

指定管理者：守口ゆめづくりスポーツコミュニティ 代表企業：アシックススポーツファシリティーズ株式会社 構成企業：グローブシップ株式会社