

第1期スポーツコース(4月~6月)参加者募集!

応募はインターネットまたは往復ハガキで

Table with columns: 応募締切, 抽選日, 抽選結果Web確認及びハガキ返信期間, 当選者受付期間

インターネットから 葛飾区公式HP 公共施設予約システム
抽選結果確認期間に画面上にて当落をご確認ください。マークは「コース」の検索番号です。

往復ハガキから 2月28日(月)必着 記入項目は下記参照

Application form fields including: 利用者登録番号, コース番号, コース名, 氏名, 性別・年齢, 生年月日, 住所, 電話番号

あて先 No.1~48 〒124-0022 奥戸7-17-1 奥戸総合スポーツセンター内 第1期スポーツコース係
No.49~75 〒125-0054 高砂1-2-1 温水プール館内 第1期スポーツコース係
No.76~109 〒125-0032 水元1-23-1 水元総合スポーツセンター内 第1期スポーツコース係

奥戸総合スポーツセンター体育館

大人向けコース トレーニングルーム・1Fスタジオ等 (3691)7111

Table of adult courses including: フラダンス, 脂肪燃焼エアロビクス, いきいき健康体操, ベーシックヨーガ, シェイプ&リラクソスヨーガ, ZUMBA, ヨーガ, かんたん筋トレ&ストレッチ, ストレッチ&やさしいピラティス, アロマヨーガ, 骨盤ヨーガ, マラソン教室, フラダンス, 骨盤ヨーガ, ベルヴィスピラティス, リラックスヨーガ, Group Power, 大人からはじめるクラシックバレエ, はじめてのエアロウォーク, 脂肪燃焼エアロビクス, いきいき健康体操, 骨盤ヨーガ, Group Centergy, Group Fight, ベルヴィスピラティス, ビューティーフラダンス, ZUMBA, ベーシックヨーガ, Group Centergy, Group Power, セルフメンテナンソスヨーガ

子ども向けコース 1Fスタジオ (3691)7111

Table of children's courses including: 奥戸 キッズ運動塾, 奥戸 ジュニア運動塾, 奥戸 キッズヒップホップダンス, 奥戸 ジュニアヒップホップダンス, 奥戸 キッズ運動塾, 奥戸 ジュニア運動塾, 奥戸 キッズバレエ, 奥戸 ジュニアバレエ, 奥戸 キッズヒップホップダンス, 奥戸 ジュニアヒップホップダンス(入門), 奥戸 ジュニアヒップホップダンス(初中級)

奥戸総合スポーツセンター温水プール館

大人向けコース エイトホール・2Fスタジオ・温水プール等 (3695)9911 No.47・48は(3691)7111

Table of adult water pool courses including: 楽しいバドミントン(初級), 楽しいバドミントン(初中級), 大人の健康水泳(初・中級), 入門24式太極拳, 48式太極拳, 大人のスイミング, 成人スイミング(初級), 成人スイミング(中級), やさしいピラティス, ヨーガ, 大人のトランポリン, やさしいピラティス, はじめてのヨーガ, 水中ウォーキング, 水中エクササイズ, はじめてのクロール, はじめての平泳ぎ

子ども向けコース エイトホール・2Fスタジオ・温水プール (3695)9911

Table of children's water pool courses including: 温水 幼児スイミング, 温水 小学生スイミング, 温水 幼児スイミング, 温水 親子トランポリン, 温水 幼児トランポリン, 温水 小学生トランポリン, 温水 幼児バルシューレ, 温水 小学生バルシューレ, 温水 初めてのKIDS HIP HOP(基礎), 温水 KIDS HIP HOP(初中級), 温水 小学生スイミング A, 温水 小学生スイミング B

水元総合スポーツセンター体育館

大人向けコース 温水プール (3609)8182

Table of adult water pool courses including: 成人水泳 初級, アクアピクス&アクアエクササイズ, 水中ウォーキング, 成人水泳 初級

「水中ウォーキングのクラスは、「14:00~体操~14:50歩行レッスン 15:00~自由遊泳 16:00までに退館」のプログラムとなります。」

大人向けコース サブアリーナ・フィットネススタジオ・会議室 (3609)8182

Table of adult fitness courses including: シニア健康体操, やさしいフラダンス, 姿勢改善ピラティス, Group Fight 60, リラックスヨーガ, アロマヨーガ, バレエ入門, パワーヨーガ, STEP&ストレッチ, らくらくストレッチ, いきいき健康体操, セルフメンテナンソスヨーガ, パワーヨーガ, フラダンス, アロマヨーガ, 美姿勢ストレッチ

子ども向けコース 温水プール (3609)8182

Table of children's water pool courses including: 水元 キッズスイミング, 水元 キッズ・ジュニアスイミング, 水元 ジュニアスイミング, 水元 キッズスイミング, 水元 キッズ・ジュニアスイミング, 水元 ジュニアスイミング

子ども向けコース フィットネススタジオ等 (3609)8182

Table of children's fitness courses including: 水元 キッズジュニアダンスHIPHOP(初級), 水元 ジュニアダンスHIPHOP(中級), 水元 わんぱく親子体操名人, 水元 赤ちゃん親子ママビューティー, 水元 よちよち親子フィットリミック, 水元 わんぱく家族体操名人, 水元 フィットリミック元気ファミリー

※①会場は陸上競技場です。 ※②保護者の迎えが必要
子供向けスイミングコースは進級制度導入のため、指定教材(別途1,610円)を購入いただきます。
お子様の泳力クラスについては、該当施設までご相談ください。
親子対象のコースは申込者(お子様)1名と保護者1名での参加となります。妊娠中の方の参加はできません。また参加後の返金はできません。

レッスン開催時点に応じた感染症対策を講じることをご了承ください。

5・6月分の施設抽選申込みスケジュール

Table with columns: 抽選申込可能件数, 抽選申込期間, 抽選日, 抽選結果確認期間

「春の社会人テニス教室」参加者募集

Table with columns: 開催日, 時間, 対象, 定員, 参加費

2・3月の休館日・施設休場のご案内 奥戸総合スポーツセンター体育館▷ 2月24日(木), 3月23日(木)/温水プール館▷ 全館2月16日(水)・3月16日(水), プール2月15日(火)~18日(金), エイトホール2月7日(月)~21日(月)/水元総合スポーツセンター体育館▷ 全館3月9日(水), プール3月7日(月)午後4時~11日(金)

葛飾区公共施設予約システムで施設予約・抽選をする場合には、登録が必要です。