

市民会館催し物インフォメーション

『無声映画と昭和歌謡』

日時 3月24日(土)開場午後5時30分、開演午後6時

場所 市民会館小ホール(つつじホール)

料金 全席指定2,000円※好評発売中!

出演者 東京大衆歌謡楽団、坂本頼光、さくら

曲目 東京ラプソディ・銀座カンカン娘・青い山脈ほか

【無声映画】『喧嘩安兵衛』(阪東妻三郎出演)ほか予定

『谷村新司トーク&ライブキャラバン』

Kokoro♥School ココロの

学校 ~音で始まり、歌で始まる~

日時 4月22日(日)開場午後5時、開演午後5時30分

※未就学児不可

場所 市民会館大ホール(もくせいホール)

料金 全席指定5,500円※好評発売中!

問合せ 市民会館 ☎552・1711

(チケット取扱い時間:午前9時~午後5時15分)



増のエクササイズ効果が! 日時 4月1日~5月20日の間の日曜日午前9時~10時30分

第17回春のウォーキング大会 日程 4月14日(土) ※雨天予備日 4月21日(土) コース 西武線花小金井駅

持ち物 運動できる服装、タオル、飲料水 ※お子さん連れの参加はご遠慮ください。

ジョギング教室参加者募集 (初心者歓迎・目指せ!青梅マラソン完走) 仲間とストレス解消、ダイエット、健康のために走ってみませんか?

中央体育館事業 ① ナイトヨガ(全12回) 普段あまり刺激をしない筋肉を動かして呼吸とポーズをゆっくりと行ないます。

中央体育館事業 ② キッズ体操3 3歳児(24年4月1日~年少児)

中央体育館事業 ③ キッズ体操4 4歳児(24年4月1日~年中児)

中央体育館事業 ④ 美ボディコントロール 18歳以上の方

中央体育館事業 ⑤ キッズ体操5 5歳児(24年4月1日~年長児)

中央体育館事業 ⑥ 美ボディコントロール 18歳以上の方

指図書推進委員 ポーツ推進委員 持ち物 運動する格好、ランニングシューズ、着替えなど



指図書推進委員 ポーツ推進委員 持ち物 運動する格好、ランニングシューズ、着替えなど

指図書推進委員 ポーツ推進委員 持ち物 運動する格好、ランニングシューズ、着替えなど

指図書推進委員 ポーツ推進委員 持ち物 運動する格好、ランニングシューズ、着替えなど

指図書推進委員 ポーツ推進委員 持ち物 運動する格好、ランニングシューズ、着替えなど

指図書推進委員 ポーツ推進委員 持ち物 運動する格好、ランニングシューズ、着替えなど

地域体育館事業

申込み窓口・電話・ホームページからお申し込みください。※応募多数の場合は責任抽選

※託児は別途料金がかかります。事前にご予約ください。

【地域体育館共通ホームページ】http://www.tama-spo.com/fussa/

【福生地域体育館 ☎530・8811】申込み期間 3月16日(金)~31日(土)

Table with columns: 事業名, 対象, 曜日, 時間, 期間, 参加費, 定員. Rows include activities like フラダンス, HIP HOP, ナイトピラティス, 福生ころばん塾.

【熊川地域体育館 ☎552・1980】申込み期間 3月16日(金)~31日(土)

Table with columns: 事業名, 対象, 曜日, 時間, 期間, 参加費, 定員. Rows include activities like エアロビクス, フラダンス, 親子フラダンス, アロマヨガ, キッズヒップホップ, 楽しいバスケット, 健康イス体操.

中央体育館事業

持ち物 参加費、室内用運動靴、水分補給できるもの、タオル、運動できる服装

※すべての教室に申込みが必要です。詳細は市ホームページ、中央体育館 ☎552・5511へお問い合わせください。

申込み締切 3月25日(日)

Table with columns: 事業名, 対象, 曜日, 時間, 期間, 内容, 参加費, 定員, 申込み. Rows include activities like キッズ体操, キッズ体操4, キッズ体操5, 美ボディコントロール.

児童館で遊ぼう

(3月その2)



田園児童館 ☎552・3133

◆よちよちすくすくひろば「みんなでおいわいしよう」27日(火)午前10時~正午

◆余暇活動ひろばGOGOクラブ「ダンボールであそぼう」28日(水)午後2時~3時30分

◆親子であそぼう「春ですよ」4月3日(火)午前10時30分~11時30分

◆おはなしの日 21日(水)午前11時~11時30分

台図書館の職員による読み聞かせです。当日直接来てください。

◆余暇活動ひろばGOGOクラブ 21日(水)午後3時~4時30分

◆のびのびひろば 27日(火)午前10時~正午

◆わくわくひろば 4月3日(火)午前10時30分~11時30分

◆スポーツワイワイ 28日(水)午後1時30分~3時30分