

費用の記載のない事業は無料です

中央体育館事業 【問合せ】中央体育館 ☎ 552・5511

教室名	対象	曜日	時間	期間	回数	定員	参加費
①火曜モーニングエアロ	一般の方	火	午前10時～11時	10月2日～12月18日(10月9日は休み)	11	30人	初回1,100円と毎回利用券150円
②シニア健康体操	50歳以上の方		午後1時30分～2時30分				
③火曜健康ストレッチ	一般の方		午後2時40分～3時40分				
④ナイトストレッチ			午後7時30分～8時30分				
⑤火曜ヨガ			正午～午後1時				
⑥ZUMBA	小学1～6年生	水	午前10時～11時	10月3日～12月19日(11月7日は休み)	12	40人	初回2,200円と毎回利用券150円
⑦リラックスストレッチ			午後10時～11時				
⑧ジュニアダンス			午後2時～3時				
⑨ナイトヨガ	一般の方	木	午後5時～6時	10月3日～12月19日	13	15人	初回1,200円と毎回利用券70円
⑩若草健康体操	高齢者の方		午後8時～9時				
⑪ボディメイクエアロ	一般の方		午前9時30分～10時50分				
⑫アロマで体調改善運動	女性の方		午前10時～11時15分				
⑬トレーニング教室	一般の方	木	午後1時30分～3時	10月4日～12月27日	12	30人	初回2,600円と毎回利用券150円
⑭木曜バランスボールエクササイズ			午後2時～3時30分				
			午後7時30分～8時30分	10月4日～12月20日	12	15人	初回1,200円と毎回利用券150円

【持ち物】運動できる服装で、室内用運動靴(③・④・⑤・⑦・⑨・⑫は不要)・タオル・水分補給できる物(ふた付)
 【申込み】9月1日(土)～15日(土)(必着)までに、中央体育館窓口、電子申請または往復はがきに、教室名・氏名(ふりがな)・生年月日・住所・電話番号・返信用宛名(往復はがきのみ)を記入し、中央体育館(〒197-0005 福生市北田園2-9-1)へ(申込み多数の場合は抽選)。また、電子申請も受け付けます(締切日の午後10時まで)。
 ※申込み多数の場合は抽選。

福生地域体育館コース参加型教室 【問合せ】福生地域体育館 ☎ 530・8811 地域体育館共通ホームページ (http://www.tama-spo.com/fussa)

教室名	対象	曜日	時間	期間	回数	定員	参加費
①こどもHIPHOP I	小学1～4年生	火	午後4時20分～5時20分	10月2日～12月18日	12	25人	初回4,800円と毎回利用券70円
②こどもHIPHOP II	小学3～6年生		午後5時30分～6時30分(お迎えが必要です)				
③ナイトピラティス	16歳以上の方		午後7時～8時				
④小学生バスケット	小学2～6年生	水	午後4時15分～5時45分	10月3日～12月26日	13	30人	初回5,200円と毎回利用券70円
⑤ラク楽体操塾	高齢者の方	木	午前11時～正午	10月4日～12月27日			
⑥骨盤体操コース型	16歳以上の方	金	午後1時30分～2時30分	10月5日～12月28日(11月23日は休み)	12	15人	初回4,800円と毎回利用券150円
⑦フラダンス I		月	午前10時～11時	12月3日～平成31年3月18日(12月24日、平成31年1月14日、2月11日は休み)			
⑧フラダンス II			午前11時10分～午後0時10分				

【申込み】①～⑥は9月1日(土)～15日(土)(必着)、⑦・⑧は11月1日(木)～15日(木)(必着)までに往復はがき、またはホームページから①教室名②住所③氏名(ふりがな)④生年月日(学年)⑤電話番号⑥返信用宛名(往復はがきのみ)⑦メールアドレス(ホームページのみ)を記入し、福生地域体育館内教室係(〒197-0013 福生市武蔵野台1-8-7)へ。※申込み多数の場合は抽選。

熊川地域体育館コース参加型教室 【問合せ】熊川地域体育館 ☎ 552・1980

教室名	対象	曜日	時間	期間	回数	定員	参加費
①キッズホッピングダンス	小学生	火	午後6時～7時(お迎えが必要です)	10月16日～12月25日(10月9日は休み)	11		初回4,000円と毎回利用券70円
②キッズHIPHOP	年中児～小学3年生	水	午後3時45分～4時45分	10月3日～12月26日(④⑤のみ10月31日、11月7日は休み)	13	25人	初回4,700円と毎回利用券70円
③ジュニアGirlSHIPHOP	小学3～6年生		午後4時50分～5時50分				
④初めてのバスケット	小学1～4年生		午後3時30分～4時30分				
⑤ジュニアバスケット	小学4～6年生		午後4時45分～6時				
⑥コリオスパイラル	16歳以上の方		午後1時30分～2時30分				
⑦フラダンス	親子	火	午後2時30分～3時30分	12月4日～平成31年3月26日(1月1日・15日、2月12日は休み)	14	20人	初回5,600円と毎回利用券150円
⑧親子ダンス			午後4時30分～5時30分				
⑨ピラティス(経験者向け)			16歳以上の方	水			
⑩やさしいピラティス	午前10時30分～11時30分						

【申込み】①～⑥は9月1日(土)～15日(土)(必着)、⑦・⑩は11月1日(木)～15日(木)(必着)までに往復はがき、またはホームページから①教室名②住所③氏名(ふりがな)④生年月日(学年)⑤電話番号⑥返信用宛名(往復はがきのみ)を記入し、熊川地域体育館教室係(〒197-0003 福生市熊川380-7)へ。※申込み多数の場合は抽選。

中央体育館事業

～できるって楽しい～『バドミントン塾』

福生市バドミントン連盟の指導員が基礎から丁寧に指導します。
 【期間】9月26日(木)～12月8日(土)毎週水・土曜日(全20回) ※11月3日(祝)と24日(土)は休み
 【時間】〈水曜日〉午後4時～5時30分、〈土曜日〉午後1時30分～3時30分
 【場所】中央体育館主競技場Aコート
 【対象】市内の小学生
 【定員】先着40人
 【参加費】2,000円



【持ち物】運動できる服装、室内用運動靴、ラケット(持っている人)水分補給できるもの(ふた付)等
 【講師】福生市バドミントン連盟
 【申込み】9月22日(土)(必着)までに、中央体育館窓口へ申込み用紙を記入のうえ、参加費を添えて提出してください。※開催期間の途中からの参加はできませんので、必ず期限内にお申し込みください。
 【問合せ】中央体育館 ☎ 552・5511

市民会館からのお知らせ

①「H ZETTRIO Feel Good !!! 18/19」チケット発売のお知らせ

「笑って踊れるJAZZバンド」と形容されるピアノトリオバンド、H ZETTRIOが市民会館に上陸!
 ユニークかつ「無重力奏法」と形容されるテクニカルなピアノとキレのあるリズムセクションを武器に、独自のアンサンブルを響かせます。
 【日時】11月16日(金) (午後6時開場、7時開演)
 【場所】市民会館大ホール(もくせいホール)
 【料金】全席指定。前売チケット5,000円、当日チケット5,500円 ※3歳以下入場不可。4歳以上はチケットが必要です。
 【チケット先行発売日(会館窓口のみ)】9月2日(日)午前9時～7日(金)午後7時15分
 【一般チケット発売日】9月8日(土)午前9時～



②「鼓童『巡-MEGURU』」チケット発売のお知らせ

伝統的な音楽芸能に無限の可能性を見だし、現代への再創造を試みる太鼓芸能集団「鼓童」。
 初演出を行うメンバーの住吉氏が、伝統に郷土芸能をさりげなく織り込み、再創造することによって、鼓童を未知なる世界へ飛躍させます。
 【日時】12月16日(日) (午後4時開場、4時30分開演)
 【場所】市民会館大ホール(もくせいホール)
 【料金】全席指定。〈一般〉6,000円、〈22歳以下〉3,000円 ※未就学児入場不可
 【チケット先行発売日(会館窓口のみ)】9月8日(土)午前9時～14日(金)午後7時15分
 【一般チケット発売日】9月15日(土)午前9時～
 【問合せ】〈①②共通〉市民会館 ☎ 552・1711

