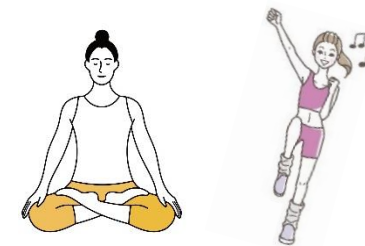




福生市内体育館教室一覧

(令和7年4～6月分)



▼中央体育館教室一覧

問合せ：中央体育館 042-552-5511

	教室名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費	
1	火曜モーニングエアロ (11回)	18歳以上の方	火	午前10時～11時	4月1日～6月24日 (4/29、5/6 休み)	25人	初回1,650円と毎回利用券150円	
2	シニア健康体操 (11回)	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 (11回)	18歳以上の方		午後2時40分～3時40分				
4	ナイトストレッチ (11回)			午後7時30分～8時30分				
5	火曜ヨガ (11回)			正午～午後1時				
6	水曜ZUMBA (10回)	市内在住・在学の方	水	午前10時～11時	4月2日～6月25日 (4/30、5/7・21 休み)	25人	初回3,000円と毎回利用券150円	
7	リラックスストレッチ (12回)			午後2時～3時	4月2日～6月25日 (5/7 休み)	30人	初回1,800円と毎回利用券150円	
8	ナイトヨガ (12回)			午後8時～9時			初回3,600円と毎回利用券150円	
9	ジュニアダンス<水曜クラス> (12回)	小・中学生	木	午後5時00分～6時00分	4月2日～6月25日 (5/7 休み)	20人	初回1,800円と毎回利用券70円	
10	ジュニアダンス<木曜クラス> (12回)				4月3日～6月26日 (5/1 休み)		初回1,800円と毎回利用券70円	
11	若草健康体操 (12回)	60歳以上の方	木	午前9時30分～10時50分	4月3日～6月26日 (5/1 休み)	25人	初回1,800円と毎回利用券150円	
12	ナイトZUMBA (12回)	18歳以上の方		午後7時30分～8時30分				
13	ボディメイクエアロ (12回)			午前10時～11時15分			初回3,600円と毎回利用券150円	
14	金曜ヨガ (13回)	18歳以上の方	金	正午～午後1時	4月4日～6月27日	30人	初回3,900円と毎回利用券150円	
15	金曜ZUMBA (12回)			午前10時～11時				
16	バランスボールエクササイズ (12回)			午後1時30分～2時30分				4月4日～6月27日 (5/2 休み)
17	初心者エアロ (12回)							
18	金曜健康ストレッチ (12回)			午後7時30分～8時30分				4月5日～6月28日 (5/3 休み)
19	ゼロからのダンス (12回)	市内在住・在学の方	木	午後4時40分～5時40分	4月17日～6月26日 (5/1 休み)			
20	美ボディコントロール (12回)			小学生	土	午後3時30分～4時30分	4月19日～6月28日 (5/3 休み)	
21	チャレンジdoスポーツ<木曜クラス> (10回)	市内在住の方	日	午後1時30分～3時00分	5月10日～6月28日	25人	無料	
22	チャレンジdoスポーツ<土曜クラス> (10回)			土	午後2時～3時30分			5月11日～6月29日
23	健康体づくりA (8回)			18歳以上の方	水			午後2時～3時30分
24	健康体づくりB (8回)							
25	健康体づくりC (8回)							

【持ち物】運動できる服装で、室内用運動靴 (③・④・⑤・⑦・⑧・⑭・⑯は不要)・タオル・飲み物

【申込み】3月19日(水)(消印有効)までに(休館日を除く)、中央体育館窓口、ロゴフォーム(3月19日(水)の午後10時まで)、

※これまでの電子申請は、ロゴフォームに変更になりました

または、往復はがきに教室名・参加者氏名(ふりがな)(⑨⑩⑪⑫は保護者氏名も記入)・生年月日・住所・電話番号・返信用宛名を記入し、〒197-0005 福生市北田園2-9-1 中央体育館へ。

※⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮は市内在住・在勤・在学の方が対象となります。

※申込み多数の場合は抽選。当選確認は3月25日(火)より、送られてくるメール・はがきで確認、または電話にてお問い合わせください。

裏面あり

▼熊川地域体育館教室一覧

問合せ：熊川地域体育館 042-552-1980

	教室名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費	
1	フラダンス (11回)	16歳以上の方	火	午後2時30分～3時30分	4月1日～6月24日(4/29、5/6は休み)	20人	初回7,700円と毎回利用券150円	
2	やさしいピラティス (13回)		水	午前10時～11時		4月2日～6月25日	14人	初回9,100円と毎回利用券150円
3	はじめてのジャズダンス (13回)			午前10時～11時				
4	コリオスパイラル (13回)			午後1時30分～2時30分				
5	初めてのバスケット (12回)	小学1年～3年生	水	午後3時30分～4時30分	4月9日～6月25日	20人	初回7,200円と毎回利用券70円	
6	ジュニアバスケット(初級) (12回)	小学3年～6年生		午後4時40分～5時40分				
7	ジュニアバスケット (12回)			午後5時50分～6時50分 (保護者のお迎えが必要です)				
8	ジュニアフリースタイルHIPHOP (12回)			年中児～小学6年生				午後5時～6時
9	ナイトピラティス (13回)	16歳以上の方		午後8時～9時				4月2日～6月25日
10	すこやかキッズ(幼児) (13回)	年中児～年長児	木	午後4時～5時	4月3日～6月26日	初回7,800円と毎回利用券70円		
11	すこやかキッズ(児童) (13回)	小学1年～3年生		午後5時～6時				
12	リラックスヨガ (13回)	16歳以上の方	金	午後2時30分～3時30分	4月4日～6月27日	14人	初回9,100円と毎回利用券150円	

▼福生地域体育館教室一覧

問合せ：福生地域体育館 042-530-8811

	教室名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費
1	フラダンス① (8回)	16歳以上の方	月	午前10時～11時	4月7日～6月30日(4/14・28、5/5・26、6/23は休み)	20人	初回5,600円と毎回利用券150円
2	フラダンス② (8回)			午前11時15分～12時15分			
3	シニアのための元気アップ体操 (11回)	65歳以上の方	火	午後1時30分～3時	4月1日～6月24日(4/29、5/6は休み)	15人	初回5,500円と毎回利用券150円
4	ナイトピラティス (13回)	16歳以上の方	金	午後7時～8時	4月4日～6月27日	20人	初回9,100円と毎回利用券150円
5	キッズHIPHOP① (12回)	年長児～小学2年生	土	午後1時30分～2時30分	4月5日～6月28日(5/3は休み)		
6	キッズHIPHOP② (12回)	小学3年～6年生		午後2時45分～3時45分			

<熊川地域体育館・福生地域体育館共通>

【持ち物】運動できる服装、室内用運動靴(熊川地域体育館①・②・⑥・⑪、福生地域体育館④は不要)、タオル、飲み物

【申込み】3月15日(土)(必着)までに、各体育館窓口(要返信用はがき)、各地域体育館HPまたは往復はがきに、教室名・住所・氏名(ふりがな)・生年月日(学年)・電話番号・緊急連絡先・返信用宛名を記入し、〒197-0003 福生市熊川380-7 熊川地域体育館教室係または、〒197-0013 福生市武蔵野台1-8-7 福生地域体育館教室係へ(申込多数の場合は抽選)。

【その他】○期間・料金は変更する場合があります。

○各教室の規定人数以上の申込みで開講します。

○抽選結果は、はがきでお伝えします。※各体育館HPから申込をされた方は、受付番号を各館内掲示板および各地域体育館HP、X(旧Twitter)(@fussachiikigym、@kumagawagym)でご確認ください。

福生市教育委員会