

2022年4月スタート教室参加者大募集!

松ノ木運動場



永福体育館・松ノ木運動場・下高井戸運動場/下高井戸区民集会所は、
2022年4月より「杉並スポーツ・カルチャー共同事業体」が管理運営をいたします。
(構成団体:株式会社東京アスレチッククラブ、東京フットボールクラブ株式会社、日本管財株式会社)
指定管理期間: 2022年4月1日~2027年3月31日

永福体育館も同時募集! 詳細は裏面をご覧ください ▶▶▶

松ノ木運動場

教室番号	教室名	曜日	時間	対象	定員	料金	4月	5月	初回日	教室内容	運動レベル		
通年制教室	M01	キッズテニス①	水	15:00~15:50	小学1・2年生	各20名	1,270円× 月開催数	3回	3回	4/13	初心者対象! テニスのルールや基本の技術を習得をしていく教室です ※4月~11月までの通年教室となります(夏季期間は休講) ※雨天中止の場合、振替日がございます	★★	
	M02	キッズテニス②		15:55~16:45	小学3~6年生			3,810円	3,810円			★★	
	M03	ステップアップテニス①	水	16:50~17:50	小学1~4年生	各20名		3回	3回	4/13		経験者対象! ルールを守りながら試合する楽しみを知り、技術の向上を図ります ※4月~11月までの通年教室となります(夏季期間は休講) ※雨天中止の場合、振替日がございます	★★
	M04	ステップアップテニス②		17:55~18:55	小学5~6年生			3,810円	3,810円				★★~★★★★
定期制教室													
野球場	301	松ノ木かけっこリニック①	水	15:05~16:00	小学2年生	30名	8,000円(全8回)		4/13	早く! 楽しく! 走るための正しいフォームを学び、運動能力と基礎体力の向上を目指す教室です。	★★		
	302	松ノ木かけっこリニック②		16:00~16:55	小学3~6年生	30名	8,000円(全8回)				★★		
	テニス	303	中級者テニス教室	土	9:00~10:50	一般	22名	9,000円(全6回)			4/9	大人の方を対象とした基礎教室です。テニスを通じた仲間づくりをしませんか?	★★~★★★★
ふらっと教室													
野球場	ちびっこボール遊び教室	NEW	第1・3・5火	15:30~16:30	年中・年長	30名	1,000円		4/19	運動が苦手なお子さまでも大丈夫! ボールを使った外遊びを通じて、子どもたちの基礎体力向上を図ります!	★★		
	放課後ボール遊び教室	NEW		16:45~17:45	小学1~3年生	30名	1,000円				★★		

下高井戸運動場・下高井戸区民集会所



下高井戸運動場・下高井戸区民集会所

教室番号	教室名	曜日	時間	対象	定員	料金	初回日	教室内容	運動レベル			
運動場	201	下高かけっこリニック①	水	15:30~16:30	小学1・2年生	30名	10,000円(全8回)	4/13	オリンピックによるかけっこ教室です! 走ることの楽しさ! 走りのポイントを伝えます! <メインコーチ> 早稲田/明治大学競争部コーチ バルセロナ五輪400m出場 渡邊高博氏	★★		
	202	下高かけっこリニック②		16:35~17:35	小学3~6年生	30名	10,000円(全8回)			★★		
	203	下高かけっこリニック③		17:40~18:50	小学生 ※当教室参加経験者	40名	10,000円(全8回)			★★~★★★★		
定期制教室(事前申込)	204	イス体操	月	10:00~10:50	概ね60歳以上	15名	5,000円(全10回)		4/11	ご家庭で手軽に出来る体操・運動です。椅子に座って体操し体力向上を目指します	★	
	205	ボールエクササイズ		NEW	11:00~11:50	一般	15名	7,000円(全10回)			★★	
	206	ヨガ	NEW	火	10:00~10:50	一般	15名	7,700円(全11回)		4/12	正しい呼吸法とポーズで、身体の内側から鍛えるヨガの基礎クラス	★
	207	子連れヨガ	NEW		11:00~11:50	一般	12名	7,700円(全11回)				★
	208	ボールでストレッチ	NEW	水	19:05~19:55	一般	15名	5,600円(全8回)		4/13	正しい呼吸法とポーズで、身体の内側から鍛えるヨガの基礎クラス ※未就園児のお子様(1名)同伴可 筒状のボールを利用しながら背骨を正しい位置に矯正し、負担の少ない身体をつくります	★
	209	コアトレーニング	NEW		20:05~20:55	一般	15名	5,600円(全8回)				★★~★★★★
	210	ヨガ	木	20:05~20:55	一般	25名	5,600円(全8回)		5/12	正しい呼吸法とポーズで、身体の内側から鍛えるヨガの基礎クラス	★★	
	211	産後ママ骨盤ピラティス		NEW	9:10~9:55	産後1カ月~12カ月	20名	8,000円(全10回)			★	
	212	ママ&ベビーヨガ	NEW	金	10:05~10:50	生後6カ月~1歳とママ	20組	8,000円(全10回)		4/8	産後の体調と心を整え、お子様とのコミュニケーションを深めましょう	★
	213	親子体操①	土		9:00~9:45	4~6歳とその保護者	20組	7,500円(全10回)				★★
	214	親子体操②		10:00~10:45	2~3歳とその保護者	20組	7,500円(全10回)		★			
	カルチャー	215	イタリア語	月	18:30~20:00	中学生以上	15名	6,000円(全6回)		4/11	イタリア人講師によるイタリア語教室です! 楽しく語学を学びましょう	-
		216	手相教室		第2・4土	10:00~12:00	中学生以上	15名	4,000円(全5回)			5/14
	ふらっと教室											
運動場	あおぞら極拳	NEW	金	9:00~9:50	一般	30名	500円		4/8	緩やかな動作と呼吸。青空のもと中国古来の武術で代謝や内臓機能を高めます 深い呼吸とゆっくりとした動きで、からだも心もリラックス! 青空の下で、気持ち良く身体を動かします	★★	
	あおぞらヨガ	NEW		10:00~10:50	一般	30名	500円				★	

通年制教室 下高井戸サッカースクール 下高井戸運動場にて新規開講! 参加者大募集

教室番号	曜日	初回日	対象	時間	定員	エンジョイクラス					レベルアップクラス									
						教室番号	曜日	初回日	対象	時間	定員	教室番号	曜日	初回日	対象	時間	定員			
S01	月	4/11	年中	15:15~16:05	各15名	S07	月	4/11	小学1~3年生	16:15~17:15	各30名	S13	月	4/11	小学1~3年生	16:15~17:15	各30名			
S02			年長			S08			小学4~6年生	17:25~18:35		S14			小学4~6年生	17:25~18:35				
S03	水	4/13	年中			S09	水	4/13	小学1~3年生	16:15~17:15		S15	水	4/13	小学4~6年生	16:15~17:15		S16	小学4~6年生	17:25~18:35
S04			年長			S10			小学4~6年生	17:25~18:35		S17			金	4/8		小学1~3年生		16:15~17:15
S05	金	4/8	年中			S11	小学1~3年生	16:15~17:15	S17	小学1~3年生		16:15~17:15	S18	小学4~6年生				17:25~18:35		
S06			年長			S12	小学4~6年生	17:25~18:35	S18	小学4~6年生		17:25~18:35								

指導担当は FC東京

各クラス 月会費 5,300円

小学生対象 エンジョイクラス: サッカー未経験者、始めたばかりの初心者が主役のクラス
レベルアップクラス: 基礎技術の向上を目的とした、サッカーのレベルアップを目指すクラス

※試験などはありません。ご家庭で選択したクラスにお申し込みください。

杉並下高井戸ベースボールアカデミー 原則 毎週木曜日 下高井戸運動場にて開催!

読売巨人軍の選手OBをはじめとするコーチスタッフとともに、野球の基本技術はもちろん、人間形成を図るための独自プログラムで、一人ひとりが意欲的に楽しく活動していきます。

2022年度生徒募集(4月開講) 申込受付中! 年中、年長、1年生は空きあり!

※2022年度4月から年中の学年のお子様対象です
※ご入会の受付は、杉並区民の方を優先とさせていただきます <見学も随時受付中! 詳細は事務局までお気軽にお問い合わせください! >

お申込み方法: ジャイアンツHPにて受付中 <https://www.giants.jp/G/academy/>

読売巨人軍 ジャイアンツアカデミー事務局 03-3246-2662

コース	月会費	登録費
幼児(年中・年長)	6,600円	3,300円
小学1・2年生	8,800円	
小学3・4年生		
小学5・6年生		

通年制教室 定期制教室 申込方法

お申し込みは、インターネットまたは、各施設に用意してある応募用紙で!

※お申し込みは教室初回年齢・新学年となります。
※定員を超えた場合は、杉並区民(在住・在学・在勤者)を優先とし抽選いたします。
※一般とは15歳以上(中学生を除く)
※下高井戸サッカースクールのお申し込みは、1名様1教室のみとなります。
※複数教室お申し込み希望の方は、追加募集にてお申し込みください。
※お電話でのお申し込み、ご予約はできませんのであらかじめご了承ください。

● 応募期間: 3月1日(火) 9:00 ~ 3月15日(火) 18:00(インターネット申込は21:00まで)
● 抽選結果: 3月23日(水) 各施設 館内掲示及びホームページでお知らせ
● 追加募集: 3月28日(水) 9:00~ 4月6日(水) 18:00ホームページ又は下記番号へ電話申込(先着順)
※電話申込の際は、お電話が混み合う場合がございますので予めご了承ください
※4月7日(木)以降、開催施設窓口にて直接申込

<< 全施設共通 >>
インターネット申込は、永福体育館HPから!
検索 永福体育館

ふらっと教室 参加方法

開催日から1週間前の午前8時30分からお電話にて事前予約を受付します。(開催施設へ直接お電話ください)

※参加費は開催施設にて当日お支払いください
※空きがある場合は予約なしでも参加可能です
※屋外施設で開催する教室は悪天候により中止となる場合があります。

右記教室 WEB は WEB申込となります
※お申し込み方法の詳細は 永福体育館ホームページをご覧ください

施設	曜日	教室名
永福体育館	木	大人のフットサル教室
	第2・4土	ZUMBA
	第1・3日	ZUMBA

教室お問合せ専用ダイヤル 03-6555-3271 【問い合わせ期間 3月1日(火)~4月6日(水) 10:00~20:00】

【個人情報について】お預かりした個人情報は法令に従い、指定管理者:杉並スポーツ・カルチャー共同事業体で適切に管理・保管いたします。利用目的等詳細につきましては、永福体育館ホームページに記載されている「個人情報の取扱いについて」「個人情報保護方針」をご確認ください。