



～4月から申込開始の教室案内～



◎施設窓口または電話で申し込み(先着順) 窓口9時～、電話10時～受付

種目	対象	開催日・時間	定員	参加料	講師(予定)	内容	申込開始日
めざせ! かけっこ一等賞	小学校1～3年生	5/5(日・祝) 9:15～10:45	30人	600円	湊 翔希 河上 稜	早く走るための練習をします。 めざせ一等賞!	4/1
親子でチャレンジ! 体操教室	3歳～の幼児 と保護者	5/5(日・祝) 11:15～12:15	24組	600円	北山 綾 松本 陽子	とび箱やマットなどを使い、親子で楽しく体操をします。	4/1
親子でチャレンジ! 水なれ教室	3歳～の幼児 と保護者	5/5(日・祝) 10:00～11:00	12組	600円	瀬良田 美穂	水に顔をつける、プールに潜る等、水に慣れよう!	4/1
チャレンジ! スタイルUP (姿勢改善)	中学生以上	5/5(日・祝) 13:30～14:30	20人	600円	朴 梨香	姿勢を改善し、美しいスタイルを作ります。	4/1
親子でチャレンジ! ベビーヨガ	生後6ヶ月～の0歳児 と保護者	5/20(月) 10:00～11:00	12組	600円	前岡 晶代	赤ちゃんとのスキンシップをしながら、楽しく運動します。	4/1

種目	対象	定員	曜日	時間	参加料	講師	実施日	申込開始日
キッズできるよ! 鉄棒教室	小学校 1～3年生	各 24人	木	17:45～18:45	各 600円	広島市 体操協会	5/9 5/23	4/11
エンジョイ! アクアピクス	18歳以上	20人	金	13:30～14:30	600円	今村 正美	5/17	4/5
エンジョイ! シニアのための ストレッチ・ヨガ	おおむね 60歳以上	各 20人	月	9:15～10:15	各 600円	有村 尚也	5/13 5/27	4/8
エンジョイ! 女性のための コア・ヨガ	おおむね 15歳以上	各 20人	月	10:30～11:30	各 600円	有村 尚也	5/13 5/27	4/8
水泳&水中運動 ワンポイントレッスンⅠ	18歳以上	各 5人	木	14:30～15:00	施設 利用料 のみ	吉川 真由美	5/9 5/23	4/25
水泳&水中運動 ワンポイントレッスンⅡ	18歳以上	各 5人	木	15:00～15:30	施設 利用料 のみ	吉川 真由美	5/9 5/23	4/25
水泳&水中運動 ワンポイントレッスンⅢ	小学生以上	5人	木	15:30～16:00	施設 利用料 のみ	吉川 真由美	5/9	4/25