



ケヤキ4月号

令和8年 4月 1日
名東スポーツセンター発行

新年度がスタートします！心機一転、
名東スポーツセンターで気持ちよく身体を動かしてみたいはかがでしょうか？
一部の事業・教室が新しく加わりましたので、是非ともチェックしてみてください
みなさまのご参加をお待ちしています！(*^_^*)



今後の状況によっては開催の有無・時間に変更がある場合があります。詳しくは当センターへお問合せ下さい。

事業名	開催日(曜)	時間	対象	費用	受付等
初中級 エアロビクスレスタイム	4/8.15.22 (水)	18:50~19:45 (第2競技場)	中学生以上 * 50名	300円/回	18:30~先着 1階窓口
水曜ナイトヨガ	4/8.15.22 (水)	19:55~20:50 (第2競技場)	中学生以上 * 50名	300円/回	19:35~先着 (エアロLTとセットは18:30~) 1階窓口
ナイトヨガ☆リラックスタイム	4/11.18.25 (土)	19:00~20:15 (第2競技場)	中学生以上 * 50名	300円/回	18:40~先着 1階窓口
♪気軽に楽しく水中エアロ♪ “脂肪燃焼タイム”	4/10.17.24 (金)	19:00~20:00 (屋内プール)	中学生以上20名	660円/回	18:40~先着 1階窓口 (時間外に遊泳される場合は別途入場料が必要です)
みんなのスポーツ (バドミントン・卓球・モルック・ポッチャ)	4/17.24 (金)	9:30~11:30 (第1競技場)	一般 * 70名	300円/回 (各自ラケット、ボール ご持参ください)	9:10~先着 1階窓口
水中ウォーキング&エクササイズ ワンポイントアドバイス	4/7.21(火)13:00~14:00 4/1.15(水)12:30~13:30	温水プール	プール利用者 1回10名程度	プール利用料金	開催時間から フリーコースプールサイド

《NESPA Day月曜日開催事業》

ZUMBA® (9時10分開始/10時15分開始)	4/13.27 (月)	9:10~10:00 10:15~11:05 (第2競技場)	一般 * 50名	400円/回	8:50~先着(1F窓口) 9:55~先着(1F窓口)
のびらく健康「棒びくす®」	4/13.27 (月)	10:30~11:45 (軽運動室)	一般 * 30名	400円/回	10:10~先着 1階窓口
初めてのフラダンス	4/13.27 (月)	12:30~13:30 (軽運動室)	一般 * 30名	400円/回	12:10~先着 1階窓口
フラダンス	4/13.27 (月)	13:45~14:45 (軽運動室)	一般 * 30名	400円/回	13:25~先着 1階窓口
卓球広場 (各自ラケット、ボールご持参ください)	4/13.27 (月)	12:30~14:30 (第1競技場)	一般 * 40名	300円/回	12:10~先着 1階窓口
Let's ボディメイク	4/13.27 (月)	19:20~20:20 (第2競技場)	中学生以上 * 50名	400円/回	19:00~先着 1階窓口

第1期定期スポーツ教室受講者募集中です！

今年度は『ジュニアソフトバレーボール』『バウンドテニス』『チャレンジ！パルクールファイブ』等の新規講座もあります。
ホームページ等でご確認いただき、是非お申し込みください。

尚、レッスンは『初めてのフラダンス』講座が増設されました
皆様のご参加お待ちしております。



名古屋市名東スポーツセンター **BLOG配信中**

〒465-0067

名東区猪高町大字高針字勢子坊307-12

Tel (052)705-4948 Fax (052)705-4952



《お出かけは公共交通機関で！》

駐車場は180台あります(30分以上有料)が、限りがあります。
なるべく公共交通機関でお越しください。

地下鉄東山線「本郷」から市バス「障害者スポーツセンター」下車
徒歩5分

地下鉄鶴舞線「平針」から市バス「高針台中学」下車徒歩5分

「土・日・祝」は大会のため特に駐車場の混雑が予想されますので
ご注意ください。

※この印刷物は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。