

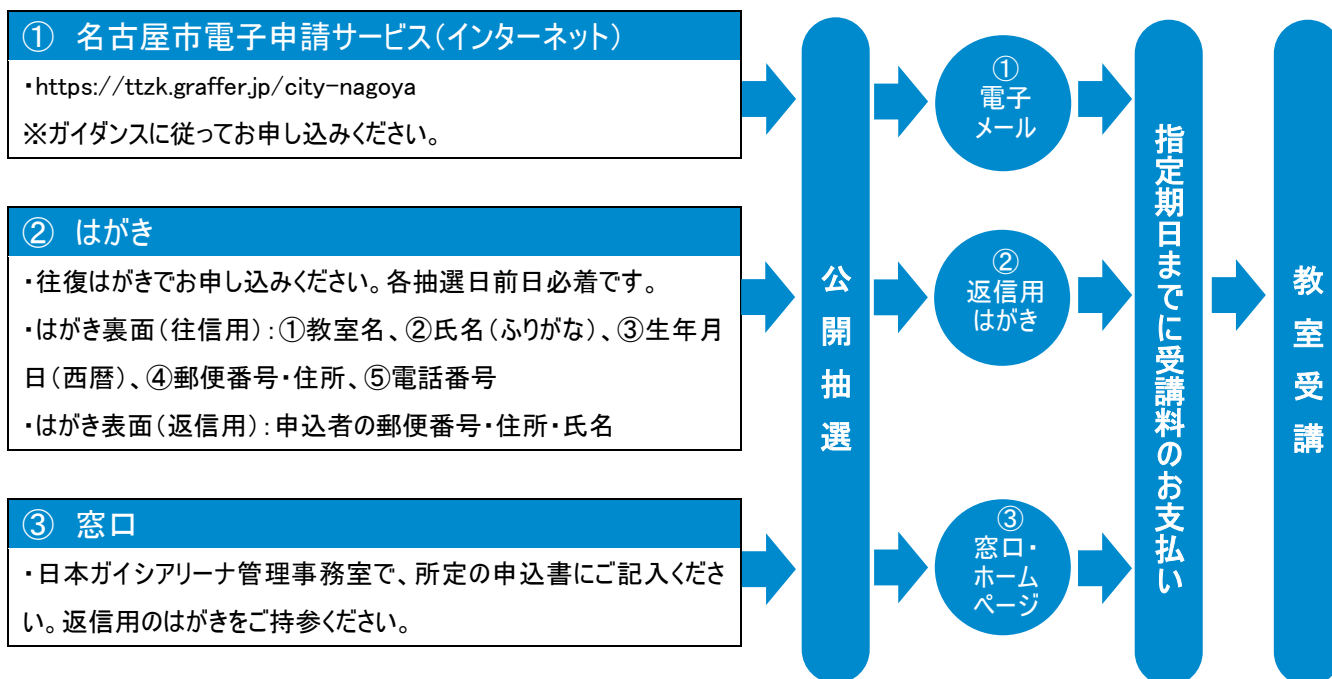


日本ガイシアリーナ 令和4年度 第1期 定期スポーツ教室

【各教室の詳細については裏面をご覧ください】

定期スポーツ教室申込方法

申込方法 受付期限にご注意ください。締切日は、各抽選日前日必着です。



◇応募者が定員を超えた場合は、管理事務室で公開抽選を行います。

◇同一教室への重複したお申し込みは無効となります。

◇当選の権利は譲渡できません。

◇受講対象「一般」とは、15歳以上(中学生を除く)に限ります。

◇定員に達しない場合、申込締切後も受付(窓口受付・先着順)を行い、定員に達し次第締め切ります。

◇お申し込み後は、原則として当該教室の申込契約を解除できません。また納入された受講料は原則お返しできません。

◇お申し込みいただいた個人情報につきましては、当スポーツ教室の開催事務以外には使用いたしません。

◇主催者はスポーツ・レクリエーション傷害補償制度を設けております



日本ガイシアリーナ

〒457-0833 名古屋市南区東又兵衛町5丁目1-5

TEL(052)614-6211・FAX(052)614-6215

<http://www.nespa.or.jp/shisetsu/pool/>

【指定管理者】

名古屋市総合体育館NK共同事業体
(代表団体:公益財団法人 名古屋市教育スポーツ協会)

<http://www.nespa.or.jp/>



携帯サイトURL

【交通アクセス】



《 電 車 》

- JR東海道本線「笠寺駅」下車 徒歩5分
- 名鉄本線「本笠寺駅」下車 徒歩15分
- 名鉄常滑線「大江駅」下車 徒歩15分

《 市バス 》

- バス停「日本ガイシ スポーツプラザ」下車 徒歩1分
- バス停「笠寺駅」下車 徒歩5分
- バス停「北頭」下車 徒歩5分
- バス停「南区役所」下車 徒歩10分

《 車 》

- 名古屋高速「笠寺」出口5分
- 国道23号線「北頭IC」出口すぐ



| 教室名 | 内 容 | 開 講 日 時 | 対 象 | 定員 | 受講料 | 会 場 | 抽選日時 |
|--------------------------|---|--|---|-------------|------------------------|--------------------------|---------------|
| ジュニア水球 | 華麗なパス、豪快なシュート、素早く泳ぐスピード感など、魅力がいっぱいの競技です。 | 5/14.15.21.28.6/4.5.12.7/2.9.10 土・日曜 10回 10:00-11:30 | 25m 以上泳げる 小学3年生～中学生 | 30人 | 7,500円 | 50m温水プール 飛込プール | 4/20 14:45 |
| こどもアーティストックスイミング | リズムに乗って、みんなで動きをあわせて泳ぎます | 5/12.19.26.6/2.9.16.23.30 木曜 8回 17:00-18:30 | 25m 以上泳げる 小中学生 | 25人 | 4,800円 | 50m 温水プール 6/30のみ飛込プール | 4/20 14:30 |
| 競泳マスターズ 午前 | マスターズ水泳大会出場者を主な対象として、大会に向けて練習します。 | 5/6.11.13.18.20.27.6/1.3 水・金曜 8回 10:30-12:00 | 100m 以上泳げる 一般 | 40人 | 6,000円 | 競泳プール | 4/13 14:15 |
| やってみよう飛込1 | 初心者から経験者まで、レベルに合わせて練習します。 | 5/7.8.14.21.28.6/4.11.12 8回 土曜 18:30-20:00 日曜 16:00-17:30 | 25m 以上泳げる 小学3年生以上 | 36人 | 大人 6,000円 小人 5,600円 | 飛込プール | 4/13 14:30 |
| 健康水泳 火曜午前 | 初級者から中・上級者まで、クラス別に分かれて4泳法を練習します。 | 5/10.17.31.6/7.14.21.28.7/5.12.19 火曜 10回 10:30-12:00 | 一般 | 45人 | 6,600円 | 50m 温水プール | 4/20 14:00 |
| 健康水泳 木曜午後 | 初級者から中・上級者まで、クラス別に分かれて4泳法を練習します。 | 5/12.19.26.6/2.9.16.23.30.7/7.14 木曜 10回 13:30-15:00 | 一般 | 45人 | 6,600円 | 50m 温水プール | 4/20 14:15 |
| 健康水泳 土曜夜間 | 初級者から中・上級者まで、クラス別に分かれて4泳法を練習します。 | 5/7.14.21.28.6/4.11.18.7/2.9.16 土曜 10回 18:30-20:00 | 中学生以上 | 25人 | 6,600円 | 50m 温水プール | 4/13 14:00 |
| 弓 道 | 初心者を対象として、弓道を継続していけるよう、基本を学びます。 | 5/7.14.6/11.25.7/2.9.16.23.30.8/6 土曜 10回 17:00-19:00 | 中学生以上 | 25人 | 5,500円 | 弓道場 | 4/13 14:45 |
| おやこ体操ベビー おやこでキッズリズム体操 | おやこで仲良く楽しく体操をします。 希望者には託児もあります(各5組まで)※キッズリズム体操では英語もとりいれます。 | 5/12.19.26.6/2.9.16.23.30.7/7.14 木曜 各10回 ベビー 10:00-10:45 キッズ 11:00-11:45 | Ⓞ10か月～2歳児と その保護者 Ⓟ2～4歳児と その保護者 | 各20組 40人 | 各5,500円 託児(3,300円) | 軽運動室 | 4/20 15:30 |
| ゆったりヨガ1・2 | 体に無理な負荷をかけず、動作と呼吸を意識し、心と体の調和を図ります。 | 5/11.18.25.6/1.8.15.22.29.7/6.13 水曜 10回 ①9:45-11:00②11:15-12:30 | 一般 | 各20人 | 各5,000円 | NKアスリート トレーニングルーム | 4/20 15:00 |
| ピラティスしようよ! | ストレッチを中心とした動作で筋肉を緩め、快調な体を作ります。 | 5/12.19.26.6/2.9.16.23.30.7/7.14 木曜 10回 13:30-14:30 | 一般 | 20人 | 5,000円 | NKアスリート トレーニングルーム | 4/20 15:15 |

