

わくわくどーむスポーツ教室

問い合わせ / わくわくどーむ (健康増進センター) ☎048-472-6000



対象 / 市内に在住または在勤の18歳以上の方 (14、15および18～25の教室を除く)

(医師から運動を禁止されている方は申し込みできません)

応募方法 / 往復はがきに、希望する教室名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・在勤の方は勤務先を記入のうえ、3月14日(金)【必着】までに、〒351-0033 朝霞市大字浜崎27番地「わくわくどーむスポーツ教室」係へ。

申込多数の場合は抽せん。複数教室への申し込みも可能ですが、はがき1枚につき1人1教室まで。

14の教室は小学1～3年生、18～21の教室は小学1～6年生のお子さんが対象となります。また、18～21の教室で初級は初心者およびクロールの習得、中級は平泳ぎと背泳ぎの習得を目指します。

15および22～25の教室は3歳以上の未就学のお子さんが対象となります。また、22の教室は1人でパタ足ができるお子さんが対象となります(パタ足ができないお子さんは23～25のクラスをお選びください)。

29の教室は60歳以上の方が対象となります。

30の教室はクロールと平泳ぎを25m完泳できる方が対象となります。

結果 / 3月19日(水)までに返信はがきでお知らせします。

2次募集 / 3月14日(金)の時点で定員に満たない教室がある場合は、2次募集を3月15日(土)から実施し、わくわくどーむ館内掲示板でお知らせします。2次募集の申込受付はわくわくどーむ窓口のみ(電話不可)。また、申込手続きは必ず教室を受講する本人が行ってください(お子さんが対象の教室はその保護者が行ってください)。

主催 / 株式会社オーチャー(指定管理者)

教室名	時間	日程	定員	料金	教室名	時間	日程	定員	料金
1 太極拳	11:00～12:30	4/7～6/2 (5/5を除く) 毎週月曜日(全8回)	35人	7,000円	16 アクアビクス	10:00～11:30	4/14～7/7 (5/5を除く) 毎週月曜日(全12回)	20人	9,000円
2 スタイルヨガ	20:00～21:00	4/8～5/27 毎週火曜日(全8回)	35人	5,000円	17 水中ヨガ教室	10:30～11:30	4/9～4/30 毎週水曜日(全4回)	30人	3,000円
3 アロマデトックスフットケア	9:30～10:30	4/9～5/28 毎週水曜日(全8回)	35人	6,000円	18 子供水泳教室 A (初級)	16:30～17:30	4/9～5/28 毎週水曜日(全8回)	20人	6,000円
4 イシュタスタイルアロマヨガ	20:00～21:00	4/9～5/28 毎週水曜日(全8回)	35人	5,000円	19 子供水泳教室 B (初級・中級)	17:45～18:45	4/9～5/28 毎週水曜日(全8回)	20人	6,000円
5 ボールバランス&ピラティス	10:45～11:45	4/9～5/28 毎週水曜日(全8回)	30人	5,000円	20 子供水泳教室 C (初級)	16:30～17:30	4/11～5/30 毎週金曜日(全8回)	20人	6,000円
6 ハツラツ! リフレッシュ体操	10:30～12:00	4/4～5/30 (5/2を除く) 毎週金曜日(全8回)	35人	5,000円	21 子供水泳教室 D (初級・中級)	17:45～18:45	4/11～5/30 毎週金曜日(全8回)	20人	6,000円
7 パワーヨガ	13:30～14:30	4/11～5/30 毎週金曜日(全8回)	35人	5,000円	22 幼児水泳教室 A (クロールクラス)	15:15～16:15	4/9～5/28 毎週水曜日(全8回)	15人	6,000円
8 アシュタンガヨガ	12:50～13:50	4/6～5/25 毎週日曜日(全8回)	35人	5,000円	23 幼児水泳教室 B (水慣れ・パタ足クラス)	15:15～16:15	4/11～5/30 毎週金曜日(全8回)	15人	6,000円
9 簡単パワーヨガ	11:15～12:15	4/8～5/27 毎週火曜日(全8回)	35人	5,000円	24 幼児水泳教室 C (水慣れ・パタ足クラス)	9:30～10:30	4/5～5/31 (5/3を除く) 毎週土曜日(全8回)	15人	6,000円
10 ダイナミックピラティス	11:15～12:15	4/5～5/24 毎週土曜日(全8回)	35人	5,000円	25 幼児水泳教室 D (水慣れ・パタ足クラス)	10:45～11:45	4/5～5/31 (5/3を除く) 毎週土曜日(全8回)	15人	6,000円
11 ソフトエアロビクス	11:00～12:30	4/10～5/29 毎週水曜日(全8回)	35人	5,000円	NEW 26 かんたんアクアビクス	10:00～10:40	4/14～7/7 (5/5を除く) 毎週月曜日(全12回)	20人	6,000円
12 ラテンエアロスリムアップ	13:30～14:30	4/7～5/26 毎週月曜日(全8回)	35人	5,000円	NEW 27 水中うきうき棒体操	13:00～14:00	4/3～4/24 毎週木曜日(全4回)	15人	3,000円
13 ダンスエクササイズ	20:00～21:00	4/7～6/2 (5/5を除く) 毎週月曜日(全8回)	35人	5,000円	28 レディース水泳教室	10:00～11:30	4/15～7/15 (4/29・5/6を除く) 毎週火曜日(全12回)	15人	9,000円
14 キッズスポーツクラブ	16:30～17:30	4/7～4/28 毎週月曜日(全4回)	20人	2,500円	29 シニア水泳教室 (初級)	10:00～11:00	4/10～6/26 毎週木曜日(全12回)	15人	7,800円
15 キンダースポーツクラブ	16:30～17:30	4/4～4/25 毎週金曜日(全4回)	15人	3,500円	30 成人水泳教室 A (上級)	20:00～21:00	4/9～6/25 毎週水曜日(全12回)	10人	9,000円
					31 成人水泳教室 B (初・中級)	19:30～21:00	4/11～6/27 毎週金曜日(全12回)	15人	9,000円

教室終了後、そのまま施設をご利用いただけます。

(14および15の教室を除く。また、22～25の教室は成人以上の保護者同伴に限り教室終了後の施設利用が可能となります)

トレーニング室を初めて利用する方はオリエンテーションの受講が必要となります(スポーツ教室のみ参加の方は不要)。

募集概要はホームページにも掲載しています! <http://www.wakuwakudome.jp>

詳細については、わくわくどーむにお問い合わせください。