

スポーツ教室



QRコードを読み取ると
申込ページが
ご覧になれます

幼児から大人までの幅広い年代を対象とした、秋・冬のスポーツ教室を開催します。健康づくりや体力向上など、始めるきっかけは様々です。
気軽に楽しく身体を動かしてみましょう！

ファミリーで参加ができます！

親子体操教室

会場：記念体育館
対象：H29.4/2～H31.4/1生まれの幼児と親<各20組>
【秋】日時：11/4～12/9(木)11:15～12:15<全6回>
参加費：1,500円 申込：9/16～9/30
【冬】日時：1/20～3/10(木)11:15～12:15<全8回>
参加費：2,000円 申込：12/1～12/15

会場：市民体育館
対象：H29.4/2～H31.4/1生まれの幼児と親<各20組>
【秋】日時：10/20～12/8(木)11:15～12:15<全6回>
参加費：1,500円 申込：9/1～9/15
【冬】日時：1/19～3/16(木)11:15～12:15<全8回>
参加費：2,000円 申込：12/1～12/15

プールで遊ぼう教室

会場：市民温水プール
対象：年中・年長と親<11組>
日時：9/25～11/13(土)14:00～14:45<全8回>
参加費：4,000円 申込：8/1～8/15

親子トランポリン教室

会場：記念体育館
対象：H29.4/2～H31.4/1生まれの幼児と親<20組>
日時：9/16～10/21(木)11:15～12:15<全4回>
参加費：1,000円 申込：8/1～8/15

会場：市民体育館
対象：H29.4/2～H31.4/1生まれの幼児と親<20組>
日時：9/22～10/13(木)11:15～12:15<全4回>
参加費：1,000円 申込：8/1～8/15



初心者少林寺拳法教室

会場：瀬崎小学校
対象：幼児から一般<20人>
日時：9/17～11/5(金)18:00～20:00<全8回>
参加費：2,000円 申込：8/1～8/15



空手道教室

会場：柳島コミュニティセンター
対象：幼児から一般<15人>
日時：10/7～11/4(木)17:30～19:00<全5回>
参加費：2,000円 申込：8/16～8/31

投げない柔道教室

会場：草加中学校
対象：幼児から一般<10人>
日時：9/18～10/9(土)15:00～17:00<全4回>
参加費：1,000円 申込：8/1～8/15



健康・体力づくり！

おはようストレッチ教室

会場：市民体育館
対象：18歳以上<各20人>
【秋】日時：9/15～12/15(水)9:00～9:50<全8回>
参加費：4,000円 申込：8/1～8/15
【冬】日時：1/5～3/9(水)9:00～9:50<全8回>
参加費：4,000円 申込：11/16～11/30

シェイプアップ トレーニング教室

会場：草加中学校
対象：18歳以上<各20人>
【秋】日時：9/21～11/30(火)19:00～20:00<全8回>
参加費：4,000円 申込：8/1～8/15
【冬】日時：1/11～3/8(火)19:00～20:00<全8回>
参加費：4,000円 申込：11/16～11/30

体幹・美ボディトレーニング教室

会場：市民体育館
対象：18歳以上<各20人>
【秋】日時：9/15～12/22(水)13:15～14:15<全8回>
参加費：4,000円 申込：8/1～8/15
【冬】日時：1/5～3/9(水)13:15～14:15<全8回>
参加費：4,000円 申込：11/16～11/30

健康エクササイズ教室

会場：記念体育館
対象：40歳以上<各20人>
【秋】日時：10/11～12/13(月)11:15～12:15<全8回>
参加費：4,000円 申込：8/16～8/31
【冬】日時：1/17～3/14(月)11:15～12:15<全8回>
参加費：4,000円 申込：12/1～12/15

3B体操教室

会場：市民体育館
対象：18歳以上<各60人>
【秋】日時：9/15～12/15(水)10:00～10:50<全12回>
参加費：6,000円 申込：8/1～8/15
【冬】日時：1/5～3/16(水)10:00～10:50<全10回>
参加費：5,000円 申込：11/16～11/30

ヨガ教室

会場：記念体育館
対象：18歳以上<10人>
日時：9/15～11/17(水)11:30～12:30<全8回>
参加費：4,000円 申込：8/1～8/15

機能改善アクア教室

会場：市民温水プール
対象：18歳以上<各15人>
【秋】日時：9/30～11/25(木)10:00～10:50<全8回>
参加費：4,000円 申込：8/1～8/15
【冬】日時：12/2～1/27(木)10:00～10:50<全8回>
参加費：4,000円 申込：10/16～10/31

ステップアップ水泳教室

会場：市民温水プール
対象：18歳以上<各15人>
【秋】日時：9/24～11/12(金)9:15～10:15<全8回>
参加費：4,000円 申込：8/1～8/15
【冬】日時：11/26～1/21(金)9:15～10:15<全8回>
参加費：4,000円 申込：10/1～10/15

秋からの
参加者募集中です！

幼児の体力づくり&小学生の種目スポーツ！

運動あそび教室

会場：記念体育館
対象：年少<各18人>
【秋】日時：9/17～10/29(金)15:10～15:50<全6回>
参加費：3,000円 申込：8/1～8/15
【冬】日時：1/21～3/4(金)15:10～15:50<全6回>
参加費：3,000円 申込：12/1～12/15

会場：市民体育館
対象：年少<各18人>
【秋】日時：9/22～11/17(水)15:10～15:50<全6回>
参加費：3,000円 申込：8/1～8/15
【冬】日時：1/19～3/2(水)15:10～15:50<全6回>
参加費：3,000円 申込：12/1～12/15

ジュニア初心者水泳教室

会場：市民温水プール
対象：小学1～4年生<35人>
日時：9/25～10/30(土)14:10～14:55<全6回>
参加費：3,000円 申込：8/1～8/15



放課後ソフトテニス教室

会場：そうか公園
対象：小学4～6年生<各24人>
【秋】日時：9/22～11/24(水)18:10～18:50<全8回>
参加費：4,000円 申込：8/1～8/15
【冬】日時：1/12～2/16(水)18:10～18:50<全6回>
参加費：3,000円 申込：11/16～11/30

種目スポーツを始めてみよう！初心者大歓迎！

初心者バウンドテニス教室

会場：市民体育館
対象：18歳以上<15人>
日時：10/1～10/22(金)13:00～15:00<全4回>
参加費：2,000円 申込：8/16～8/31

トランポリン教室

会場：市民体育館
対象：18歳～60歳<15人>
日時：9/17～10/8(金)11:00～13:00<全4回>
参加費：2,000円 申込：8/1～8/15

ソフトテニス教室

会場：そうか公園
対象：18歳以上<32人>
日時：10/2～11/20(土)14:15～15:45<全8回>
参加費：4,000円 申込：8/16～8/31

シニア硬式テニス教室

会場：そうか公園
対象：55歳以上<20人>
日時：10/1～11/26(金)10:00～11:30<全8回>
参加費：6,000円 申込：8/16～8/31

初中級硬式テニス教室

会場：そうか公園 対象：18歳以上<各24人>
【秋】日時：9/27～11/22(月)<全8回>
月曜A10:00～11:30・月曜B11:30～13:00
参加費：各6,000円 申込：8/1～8/15
【冬】日時：1/17～2/21(月)<全6回>
月曜A10:00～11:30・水曜B11:30～13:00
参加費：各6,000円 申込：8/1～8/15
【春】日時：4/19～5/13(水)<全6回>
水曜A10:00～11:30・水曜B11:30～13:00
参加費：各4,500円 申込：12/1～12/15

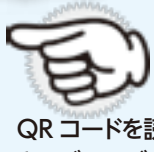
ビギナーズ水泳教室

会場：市民温水プール
対象：18歳以上<15人>
日時：9/22～10/27(水)9:00～10:00<全6回>
参加費：3,000円 申込：8/1～8/15

朝活ロングスイム教室

会場：市民温水プール
対象：18歳以上<40人>
※クロールで100m以上余裕をもって泳げる方
日時：10/2～1/22(土)7:15～8:30<全8回>
参加費：4,000円 申込：8/16～8/31

キッズクラブ



QRコードを読み取ると
キッズクラブの活動詳細
がご覧になれます

幼児コース・低学年コース 無料体験会を行います！

「年間を通した活動に参加していくことができるのかな？」
不安を感じている保護者のみなさま！
まずは、実際の活動に参加してみませんか？
ホームページで参加可能コースを確認し、活動施設へお電話くだ
さい。(お1人様1日限り)

8/6から申込開始

記念体育館 ☎922-1151
市民体育館 ☎936-6239

幼児からたくさんの運動に触れ合える!!
専門のコーチが丁寧に指導します☆



参加者募集中

草加 フィットネスクラブ



QRコードを読み取ると
フィットネスクラブの
活動詳細がご覧になれます



ライフスタイルに合った運動習慣で
心もからだも健康に♪

参加者募集中



私たちが指導します！！

安心・安全の 取り組みについて

①事業参加時の検温・体調チェック ②手指のアルコール消毒 ③3密を回避した事業内容と注意喚起 ④事業参加中のマスク着用 ⑤共用品や共用備品の消毒を徹底 ⑥大声の発声は控える ⑦指導者用マイク型ポータブル拡声器の導入



申込方法

ホームページからの場合
(パソコン・タブレット・スマホ等)

ハガキの場合
(手数料300円)

新規会員登録(初回のみ)
会員ログイン

官製ハガキに必要事項を記入して投函
〒340-0022 草加市瀬崎6丁目31-1 公財草加市スポーツ協会事務局 行
①希望の事業名(コース) ②住所 ③参加者氏名 ④生年月日 ⑤電話番号

事業参加した
すい

から
申込
ページ

申込
多数の
場合は
抽選

抽選結果・参加
手順をメールで
お知らせ

参加費の支払方法を選択します
「クレジットカード払い」
または
「コンビニ払い」

参加費の支払方法は
「コンビニ払い」のみ
(参加費+手数料300円)

事業参加

※参加費は指定日までのお支払いが必須となります