

初めての方も大歓迎!

新年度から運動を始めませんか?



# スポーツ教室 4月から 新規受講生を募集!

スポーツセンターでは「市民皆スポーツ」を目指し、75教室以上のスポーツ教室を開催しています。気になるスポーツ教室をぜひ探してみてください。



問い合わせ スポーツセンター 443-3523

募集期間

抽選結果発表

申込

申し込みはこちら

## 2月1日(土)~14日(金) 2月16日(日)

スポーツセンターホームページ  
または窓口で



※ 欠員が生じた教室は3月4日(火)~10日(月)に追加募集を行います。詳しくはスポーツセンターホームページをご覧ください

みんな初めてで  
通いやすい!

### 令和7年度から新種目のスポーツ教室を開講します

#### ジュニアブレイクン教室

パリ2024オリンピックでも話題になり、昨年短期開催した教室を通年で開講! 講師も2人体制でしっかりと指導を受けられます。話題の種目にチャレンジしてみよう!



※初心者向けです

対象: 小学生

実施日: 火曜日、午後5時10分~6時

#### ディスクゴルフ教室

欧米を中心に流行中の、フリスビーで楽しむ新感覚ゴルフ! 日本チャンピオンが基礎から教える教室で、子どもから大人まで誰でも楽しく始められます!



※屋内実施です

対象: 小学3年生以上

実施日: 木曜日、午後4時45分~5時45分

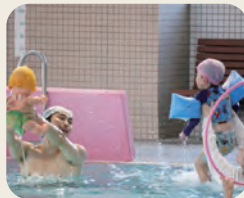
### 2~3月に体験会を実施する教室を一部紹介

体験会を実施する教室は、スポーツセンターホームページをご覧ください。 ※「令和7年度に対象年齢に達する方」が対象です

初めての習い事にもおすすめ!

#### 親子スイミング教室

水に慣れていなくても大丈夫! 滑り台や、歌を歌いながらの水遊びなど、パパママと一緒に楽しく参加できます。



※4月から、月曜日は午後1時30分~2時20分、

木曜日は午後2時30分~3時20分に開講時間を変更します

対象: 令和7年度中に3~4歳になる、おむつが取れた子とその保護者

体験会: 2月3日(月)、6日(木)、3月3日(月)、6日(木)、

実施日: 午前11時30分~午後0時20分

定員: 各日とも3組6人

シニア世代にも人気!

#### 水中ウォーキング& ストレッチ

ウォーキングをメインに、足のストレッチなどを行います! 歩行用プールで実施し、無理なく身体をほぐしていきます。



対象: 16歳以上の方

体験会: 2月3日(月)、3月3日(月)、

実施日: 午前10時30分~11時20分

定員: 各日とも5人

申込 各2営業日前まで 費用 1人(1組) 500円



### ヤクルトレビズ戸田によるラグビー体験会

戸田市を拠点に活動しているラグビーチーム「ヤクルトレビズ戸田」の選手が直接指導! ボールに触れることから始め、パスやタックルの練習を行います。イベントの最後はタグラグビー(キック・タックルのない簡易版ラグビー)も実施します。

申し込みはこちら



と き 3月9日(日)、午前10時~正午

と ころ スポーツセンター 陸上競技場  
※雨天時は屋内(第1競技場)で実施

対 象 年中~小学3年生

定 員 60人

申 込 2月11日(祝・火)までにスポーツセンターホームページで

当落発表 2月14日(金)にメールで

参加費無料



ヤクルトレビズ戸田をもっと詳しく知りたい方は「ヤクルトレビズ戸田」で検索!

ほかにも、さまざまなスポーツイベントを実施しています

スポーツセンターでは、スポーツ教室以外にもスポーツイベントを開催しています! ホームページに情報を掲載しますので、ぜひご覧ください。