

体の中心は背骨と骨盤
背骨の調律エクササイズ教室

人間本来の自然な身体の運動や心と体の健やかさを取り戻すために誕生したエクササイズで、機能的に動かせる体と心づくりを目指しましょう。

- 日時 5月10日～7月12日の毎週金曜日（全10回）
午後1時～3時
- 会場 北コミュニティセンター 多目的室
- 講師 橋 史哉さん
- 定員 25人
- 参加費 4000円（保険料込み）

スッキリとした体へ
デトックスヨガ教室

老廃物を排出してスッキリとした体へ！内側から体を温めることで新陳代謝の向上や血行促進などに繋がります。

- 日時 5月10日～7月12日の毎週金曜日（全10回）
午後7時～9時
- 会場 南コミュニティセンター 多目的室
- 講師 垣田美紀子さん
- 定員 25人
- 参加費 4000円（保険料込み）

子どもの部

- 対象者 市内在住の小学生（校区外の場合は保護者の送迎が必要です。）

正しい走り方を学びましょう
子ども走り方体験教室

運動の基礎となる走り方を学び、楽しみながら運動能力アップを目指しましょう。

- 期日 5月11日～6月8日の毎週土曜日（全5回）
- 時間 午後1時～3時
- 会場 東コミュニティセンター ふれあいホール
- 講師 吉田康一さん
- 定員 20人
- 参加費 3000円（保険料込み）



楽しみながら運動をしましょう
子どもドッジボール体験教室

ドッジボールの基本となるボディキャッチやスローイングを楽しみながら身につけよう。球技系の基本で能力向上、体力向上を目指しましょう。

- 日時 6月15日～7月20日の毎週土曜日（全5回）
午後1時～3時 ※7月13日は休講
- 会場 東コミュニティセンター ふれあいホール
- 講師 上本哲也さん
- 定員 20人
- 参加費 3000円（保険料込み）



※時間には、準備・後片付けの時間を含みます。

- 申込方法 ◇窓口提出◇Web申込（必要事項（郵便番号・住所・参加者氏名（ふりがな）・性別・生年月日・保護者氏名（子ども教室のみ）・連絡先・参加希望教室（最大3つ））を記入または入力

※（公財）大野城市スポーツ協会は郵送・FAX・はがき可
※申込用紙は、スポーツ課（市役所5階）・各コミュニティセンター・まどかパーク総合体育館で配布、または市スポーツ協会ホームページからダウンロード

※Web申込は二次元コードもしくは市スポーツ協会ホームページから入力

※申し込みは、申込者1人につき1枚とします。記載事項の不備があると応募とみなしません。

- 申込期間 3月15日（金）～25日（月）（必着）

※申込多数の場合は、抽選を行います。抽選後、当選者のみ通知します。当選通知の発送は4月3日（水）を予定しています。

※参加費は各教室の初回に支払ってください。詳しくは当選通知を確認してください。

- 申し込みと問い合わせ先

◇（公財）市スポーツ協会 [〒816-0902 乙金618-12 まどかパーク総合体育館]

☎(503)0021 ㊚(503)5546

◇スポーツ課

☎(580)1914

◇地域行政センター（コミュニティセンター内）

南 ☎(596)0917

中央 ☎(573)3151

東 ☎(504)1433

北 ☎(513)0226



申込フォーム