

総合体育館

☎21・3611
FAX 21・1455

◆①ジュニアテニス教室

日程

○火曜コース 平成26年1月7日・14日・21日・28日

○木曜コース 平成26年1月9日・16日・23日・30日

※どちらも全4回

時間 ①16時30分～17時30分

②17時30分～18時30分

場所 総合運動公園テニスコート

内容 基礎からの指導で技術の向上を図る(初心者歓迎)

対象 ①小学1～3年生 ②小学4～6年生

定員 各コース10人(超えた場合抽選)

費用 各コース5000円(傷害保険料を含む)

持物 ラケット(貸し出し有り)、テニスシューズ、運動のできる服装

◆②初心者ナイターテニスサークル

日程 ①平成26年1月9日・16日・23日・30日 ②平成26年2月6日・13日・20日・27日

①②とも各木曜日 全4回 19時～20時30分

場所 総合運動公園テニスコート

内容 テニスを通じ、参加者

同士の交流を図る

対象 40歳以上

定員 12人(超えた場合抽選)

費用 4000円(傷害保険料を含む)

持物 ラケット(貸し出し有り)、テニスシューズ、運動のできる服装

◆③ミニテニス教室

日程 ①平成26年1月9日・16日・23日・30日 ②平成26年2月6日・13日・20日・27日

①②とも各木曜日 全4回 13時30分～15時30分

場所 総合第1体育館

内容 基礎から楽しく学び健康の増進を図る(初心者歓迎)

対象 50歳以上

定員 20人(申込順)

費用 2000円(傷害保険料を含む)

持物 ラケット(貸し出し有り)、上履き、運動のできる服装

◆④シェイプアップエアロビクス教室

日程 ①平成26年1月9日・16日・23日・30日 ②平成26年2月6日・13日・20日・27日

①②とも各木曜日 全4回 17時～18時

場所 総合第1体育館

内容 筋肉運動とストレッチ、基礎代謝を上げる軽いエアロビクス(初心者歓迎)

◆⑤はじめてのラテンダンス教室

日程 ①平成26年1月9日・16日・23日・30日 ②平成26年2月6日・13日・20日・27日

①②とも各木曜日 全4回 18時～19時

場所 総合第1体育館

内容 ウエスト周りのシェイプアップを中心に、体内脂肪を減らすことを目的とした楽しい運動(初心者歓迎)

◆⑥ベリーダンスエクササイズ教室

日程 ①平成26年1月10日・17日・24日・31日 ②平成26年2月7日・14日・21日・28日

①②とも各金曜日 全4回 15時～16時

場所 総合第1体育館

内容 基礎からの指導で健康の増進を図る(初心者歓迎)

◆⑦さわやかフラダンス教室

日程 ①平成26年1月9日・16日・23日・30日 ②平成26年2月6日・13日・20日・27日

①②とも各木曜日 全4回 10時30分～11時30分

場所 総合第1体育館

内容 基礎からの指導で健康の増進を図る(初心者歓迎)

◆⑧卓球教室

日程 ①平成26年1月20日・27日、2月3日・10日 ②平成26年2月17日・24日、3月3日・10日

①②とも各月曜日 全4回 13時30分～15時

場所 総合第1体育館

内容 基礎からの指導で健康の増進を図る(初心者歓迎)

◆⑨おひさまクラブ

日時 平成26年1月16日(木)10時30分受け付け/11時45分終了

◆⑩栗橋幼稚園

◆⑪おひさまクラブ

◆⑫共通

◆⑬共通

◆⑭共通

◆⑮共通

◆⑯共通

◆⑰共通

◆⑱共通

対象 50歳以上

定員 20人(超えた場合抽選)

費用 3200円(傷害保険料を含む)

持物 上履き、運動のできる服装

◆⑤はじめてのラテンダンス教室

◆⑥ベリーダンスエクササイズ教室

◆⑦さわやかフラダンス教室

◆⑧卓球教室

◆⑨おひさまクラブ

◆⑩栗橋幼稚園

◆⑪おひさまクラブ

◆⑫共通

◆⑬共通

◆⑭共通

◆⑮共通

◆⑯共通

◆⑰共通

◆⑱共通

◆⑲共通

◆⑳共通

◆㉑共通

◆㉒共通

◆㉓共通

◆㉔共通

◆㉕共通

◆㉖共通

◆㉗共通

◆㉘共通

◆㉙共通

◆㉚共通

◆㉛共通

◆㉜共通

◆㉝共通

◆㉞共通

◆㉟共通

◆㊱共通

定員 20人(超えた場合抽選)

費用 3200円(傷害保険料を含む)

持物 上履き、運動のできる服装

◆⑦さわやかフラダンス教室

◆⑧卓球教室

◆⑨おひさまクラブ

◆⑩栗橋幼稚園

◆⑪おひさまクラブ

◆⑫共通

◆⑬共通

◆⑭共通

◆⑮共通

◆⑯共通

◆⑰共通

◆⑱共通

◆⑲共通

◆⑳共通

◆㉑共通

◆㉒共通

◆㉓共通

◆㉔共通

◆㉕共通

◆㉖共通

◆㉗共通

◆㉘共通

◆㉙共通

◆㉚共通

◆㉛共通

◆㉜共通

◆㉝共通

◆㉞共通

◆㉟共通

◆㊱共通

◆㊲共通

◆㊳共通

◆㊴共通

服装

申込期間 [1] [2] [8]の①

12月25日(水)～平成26年1月4日(土)

[2] [8]の② 12月25日(水)～平成26年1月15日(水)

どちらも消印有効

[1] [8]共通

申込方法 教室名・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を明記の上、はがきまたはFAXで久喜市総合体育館(〒346-0029 久喜市江面1616)へ

市立幼稚園

中央幼稚園

1 さくらんぼクラブ

日時 平成26年1月14日(火)10時30分受け付け/11時45分終了

栗橋幼稚園

おひさまクラブ

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通

共通