

令和5年度 教室・要項書 目次

2024. 3.27現在

- 2P 第1回 眠りを深めるゆったりヨガをたのしもう
- 3P 第1期 眠りを深めるゆったりヨガ
- 4P 第1期 現役陸上選手が教える 足が速くなる俊足教室！！
- 5P 第1回 バランスととのうインヨガをたのしもう
- 6P 第1期 バランスととのうインヨガ
- 7P 第1期 高齢者の健康体操&ヨガ ←定員になりました
- 8P 第1期 木曜体操教室
- 9P 第1期 トランポリン教室

感染防止のためのお願い

【遵守事項】

- ◆3つの密(密接・密閉・密集)を避けるよう、ご協力をお願いいたします。
- ◆体調が優れない場合(例:発熱・咳・咽頭痛などの症状があるなど)教室実施期間であっても参加をご遠慮いただく場合があります。※自宅検温の実施をお願いいたします。
- ◆入館時に37.5℃以上ある方は入館できません。

- 受付時に、「HPから印刷した要項書」であることをお知らせ下さい。
- 内容を確認し、申し込む教室を間違えないようにお気を付け下さい。

《 令和6年度 》

第1回 眠りを深めるゆったりヨガをたのしもう

【 要項書 】

- 【主催】 東海市民体育館指定管理者 ザ・ビッグスポーツ/サンエイ合同企業体
- 【開催日】 4月15日(月)
- 【時間】 19:00～20:00 (60分)
- 【参加料】 700円(消費税込)
- 【定員】 20名 ※定員となり次第、申込終了とさせていただきます。
- 【内容】 疲れがなかなか取れない…そんなあなたを良質の睡眠へつなげるヨガの世界へ誘います。ゆったりとした動きのヨガで、自律神経の乱れを改善し、緊張やコリをほぐして昼間に感じたストレスをリセットしましょう！
- 【会場】 柔道場
- 【担当】 KAORI
- 【対象者】 16歳以上の方
- 【申込み】 ※3/1(金)～4/8(月)
申込時間:10:00～20:00 (電話予約不可)
先着順[3月4日(月)・4月1日(月)は休館日のため受付不可]
※ 申込みの受付はお1名様1枚とさせていただきます。
※ 自己都合によりキャンセルする場合は、参加料の還付はいたしません。
※ 東海市民体育館のホームページなど掲載用の写真・動画を撮影する場合がございます。
(上記内容をご確認の上、下記のHP掲載の欄に撮影可否をご記入願います)

----- き ・ り ・ と ・ り -----

《 令和6年度 》

第1回 眠りを深めるゆったりヨガをたのしもう

【 申込書兼誓約書 】

※ 太線の中をご記入下さい。

参加料:700円(消費税込)

受付No.

参加者	氏名	(ふりがな)	性別	第1回 4/15		
	住所	〒 -	男・女	生年月日	昭・平	年 月 日 (歳)
			電話番号			
緊急連絡先(自宅以外でありましたらご記入下さい。)				様方(TEL - -)		
備考						
誓約書				受付印	確認印	HP掲載
開催中における疾病・障害等の身体上の事故については、 当方にて一切の責任を負い、主催者側は何らご迷惑をお掛け致しません。 令和 年 月 日 保護者氏名 (参加者が未成年の場合は、保護者の氏名を記入)						可
						否

※お客様よりご提供頂いた個人情報の取扱いは適切な手段によって行い、教室運営・サービスの提供及び運営上必要なご案内(緊急連絡及び通知、欠席確認等)の為に利用致します。なお、ご本人の同意なしに第三者に提供することはありません。

《 令和6年度 》

第1期 眠りを深めるゆったりヨガ

【 要項書 】

- 【主催】 東海市民体育館指定管理者 ザ・ビッグスポーツ/サンエイ合同企業体
- 【開催日】 4/22・5/13・20・27・6/10 (月曜日 全5回)
- 【時間】 19:00~20:00 (60分)
- 【参加料】 4,950円 (消費税込)
- 【定員】 20名 ※定員となり次第、申込終了とさせていただきます。
- 【内容】 疲れがなかなか取れない…そんなあなたを良質の睡眠へつなげるヨガの世界へ誘います。ゆったりとした動きのヨガで、自律神経の乱れを改善し、緊張やコリをほぐして昼間に感じたストレスをリセットしましょう！
- 【会場】 東海市民体育館(柔道場)
- 【担当】 KAORI
- 【対象者】 16歳以上の方
- 【申込み】 ※3/1(金)~4/15(月)
申込時間10:00~20:00(電話予約不可)
先着順[3月4日(月)・4月1日(月)は休館日のため受付不可]
※ 申込みの受付はお1人様1枚とさせていただきます。
※ 自己都合によりキャンセルする場合は、参加料の還付はいたしません。
※ 応募者が少ない場合は開催を中止する事があります。
※ 東海市民体育館のホームページなど掲載用の写真・動画を撮影する場合がございます。
(上記内容をご確認の上、下記のHP掲載の欄に撮影可否をご記入願います)

----- き・り・と・り -----

《 令和6年度 》

第1期 眠りを深めるゆったりヨガ

【 申込書兼誓約書 】

※ 太線の中をご記入ください。

参加料:4,950円(消費税込)

受付No.

参加者	氏名	(ふりがな)	性別	男 ・ 女	生年月日	昭 ・ 平	年 月 日	(歳)	
	住所	〒 -			電話番号				
緊急連絡先(自宅以外でありましたらご記入ください。)				様方(TEL - -)					
備考									
誓約書 開催中における疾病・障害等の身体上の事故については、 当方にて一切の責任を負い、主催者側は何らご迷惑をお掛けいたしません。 令和 年 月 日 保護者氏名 (参加者が未成年の場合は、保護者の氏名を記入)							受付印	確認印	HP掲載
									可
									否

※お客様よりご提供頂いた個人情報の取扱いは適切な手段によって行い、教室運営・サービスの提供及び運営上必要なご案内(緊急連絡及び通知、欠席確認等)などの為に利用いたします。なお、ご本人の同意なしに第三者に提供することはございません。

《 令和6年度 》

第1期 現役陸上選手が教える 足が速くなる俊足教室！！

【 要項書 】

- 【主催】 東海市民体育館指定管理者 ザ・ビッグスポーツ/サンエイ合同企業体
- 【開催日】 4/2・9・16・23・30 (火曜日 全5回)
- 【時間】
Aクラス 新年少児～新年長児 16:30～17:30
Bクラス 新小学1年生～新小学3年生 17:45～18:45 (各60分)
Cクラス 新小学4年生～新小学6年生 19:00～20:00
- 【参加料】 各6,050円 (消費税込)
- 【定員】 各20名 ※定員となり次第、申込終了とさせていただきます。
- 【内容】 何よりも「楽しく・考えて・学ぶ」をテーマに、各クラスのお子様の年代に適した運動を熱く指導していきます。
様々な運動器具を使用して、速く走るために必要な基礎運動を行い、教室最終回には「変化」が実感できるタイム測定会を行います。
- 【会場】 東海市民体育館(サブアリーナ)
- 【担当】 短距離専門(100m) 現役陸上選手 長谷川 大竜(たつる)
- 【対象者】 新年少児～新小学6年生
- 【申込み】 ※3/5(火)～3/26(火) 申込時間:10:00～20:00 (電話予約不可)
※ 申込みの受付はお1人様1枚とさせていただきます。
※ 自己都合によりキャンセルする場合は、参加料の還付はいたしません。
※ 応募者が少ない場合は開催を中止する事があります。
※ 東海市民体育館のホームページなど掲載用の写真・動画を撮影する場合がございます。
(上記の内容をご確認の上、下記のHP掲載の欄に撮影可否をご記入願います)

----- き・り・と・り -----

《 令和6年度 》

第1期 現役陸上選手が教える 足が速くなる俊足教室！！

【 申込書兼誓約書 】

※太線の中をご記入下さい。

参加料:6,050円(消費税込)

受付No.

参加者	氏名 (ふりがな)	性別 男・女	クラス	A ・ B ・ C			
	住所	生年月日	平・令 年 月 日 (歳)				
		園名・学校名					
		学年	年少・年中・年長	小学	年		
	電話番号						
緊急連絡先(自宅以外でありましたらご記入下さい。) 様方(TEL - -)							
お子様の体調などで気になる事があれば、ご記入下さい。							
				過去参加 経歴	初めて・過去 参加あり		
誓約書 教室開催中における疾病・障害等の身体上の事故について、 当方にて一切の責任を負い、主催者側にお任せ致します。 令和 年 月 日 保護者氏名 (続柄)					受付印	確認印	HP掲載
							可
							否

※お客様よりご提供頂いた個人情報の取扱いは適切な手段によって行い、教室運営・サービスの提供及び運営上必要なご案内(緊急連絡及び通知、欠席確認等)の為に利用致します。なお、ご本人の同意なしに第三者に提供することはございません。

《 令和6年度 》

第1回 バランスととのうインヨガをたのしもう

【 要項書 】

- 【主催】 東海市民体育館指定管理者 ザ・ビッグスポーツ/サンエイ合同企業体
- 【開催日】 4/9(火)
- 【時間】 10:30~11:45 (75分)
- 【参加料】 700円 (消費税込)
- 【定員】 15名 ※定員となり次第、申込終了とさせていただきます。
- 【内容】 リラックスしながら心身のバランスを整えていきます。
ゆったりしたタイプのヨガなので、初心者の方も安心してください。
インヨガを取り入れることで、柔軟性をより高めたり自律神経のバランスを整えたり、
相乗効果が期待できます。
- 【会場】 東海市民体育館(柔道場)
- 【担当】 あやい(村上綾)
- 【対象者】 16歳以上の方
- 【申込み】 ※3/5(火)~3/26(火) 申込時間:10:00~20:00 (電話予約不可)
※ 申込みの受付はお1人様1枚とさせていただきます。
※ 自己都合によりキャンセルする場合は、参加料の還付はいたしません。
※ 応募者が少ない場合は開催を中止する事があります。
※ 東海市民体育館のホームページなど掲載用の写真・動画を撮影する場合がございます。
(上記内容をご確認の上、下記のHP掲載の欄に撮影可否をご記入願います)

----- き・り・と・り -----

《 令和6年度 》

第1回 バランスととのうインヨガをたのしもう

【 申込書兼誓約書 】

※太線の中をご記入下さい。

参加料:700円(消費税込)

受付No.

参加者	氏名 (ふりがな)	性別 男・女	第1回 4/9		
	住所	生年月日 昭・平	年 月 日 (歳)		
		電話番号			
緊急連絡先(自宅以外でありましたらご記入下さい。)		様方(TEL - -)			
備考					
誓約書 開催中における疾病・障害等の身体上の事故について、 当方にて一切の責任を負い、主催者側にお任せをお掛け致します。 令和 年 月 日 保護者氏名 (参加者が未成年の場合は、保護者の氏名を記入)			受付印	確認印	HP掲載 可 否

※お客様よりご提供頂いた個人情報の取扱いは適切な手段によって行い、教室運営・サービスの提供及び運営上必要なご案内(緊急連絡及び通知、欠席確認等)などの為に利用致します。なお、ご本人の同意なしに第三者に提供することはございません。

《 令和6年度 》
第1期 バランスととのうインヨガ
【 要項書 】

- 【主催】 東海市民体育館指定管理者 ザ・ビッグスポーツ/サンエイ合同企業体
【開催日】 4/16・23・30・5/14・21 (火曜日 全5回)
【時間】 10:30~11:45 (75分)
【参加料】 4,950円 (消費税込)
【定員】 15名 ※定員となり次第、申込終了とさせていただきます。
【内容】 リラックスしながら心身のバランスを整えていきます。
ゆったりしたタイプのヨガなので、初心者の方も安心してください。
インヨガを取り入れることで、柔軟性をより高めたり自律神経のバランスを整えたり、
相乗効果が期待できます。
【会場】 東海市民体育館(柔道場)
【担当】 あやい(村上綾)
【対象者】 16歳以上の方
【申込み】 ※3/5(火)~4/2(火) 申込時間:10:00~20:00 (電話予約不可)
先着順[4月1日(月)は休館日のため受付不可]
※ 申込みの受付はお1人様1枚とさせていただきます。
※ 自己都合によりキャンセルする場合は、参加料の還付はいたしません。
※ 応募者が少ない場合は開催を中止する事があります。
※ 東海市民体育館のホームページなど掲載用の写真・動画を撮影する場合がございます。
(上記内容をご確認の上、下記のHP掲載の欄に撮影可否をご記入願います)

----- き・り・と・り -----

《 令和6年度 》
第1期 バランスととのうインヨガ
【 申込書兼誓約書 】

※太線の中をご記入下さい。

参加料:4,950円(消費税込)

受付No.

参加者	氏名	(ふりがな)	性別	男 ・ 女	生年月日	昭 ・ 平	年	月	日	(歳)
	住所	〒	-		電話番号					
緊急連絡先(自宅以外でありましたらご記入下さい。) 様方(TEL - -)										
備考										
誓約書							受付印	確認印	HP掲載	
開催中における疾病・障害等の身体上の事故について、 当方にて一切の責任を負い、主催者側口ま何らご迷惑をお掛けいたしません。 令和 年 月 日 保護者氏名 (参加者が未成年の場合は、保護者の氏名を記入)									可	
									否	

※お客様よりご提供いただいた個人情報の取扱いは適切な手段によって行い、教室運営・サービスの提供及び運営上必要な案内(緊急連絡及び通知、欠席確認等)などの為に利用いたします。なお、ご本人の同意なしに第三者に提供することはありません。

満員御礼!!

《 令和6年度 》

第1期 高齢者の健康体操 & ヨガ

【 要項書 】

- 【主催】 東海市民体育館指定管理者 ザ・ビッグスポーツ/サンエイ合同企業体
- 【開催日】 4/10・17・24・5/1・8・15・22・29・6/5・12 (水曜日 全10回)
- 【時間】 13:00~15:00 (120分)
- 【参加料】 5,500円 (消費税込)
- 【定員】 40名 ※定員となり次第、申込終了とさせていただきます。
- 【内容】 椅子やタオルを使って身体をほぐすとともに肩こり・腰痛を和らげヨガで身体の姿勢・歪みを改善していきます。
- 【会場】 東海市民体育館(剣道場)
- 【担当】 高木さち
- 【対象者】 市内在住・在勤・在学の方
(市外の方は受付開始後3日以降に申込みいただけます)
- 【申込み】 ※3/6(水)~4/3(水)
申込時間 10:00~20:00 (電話予約不可)
先着順(4月1日(月)は休館日のため受付不可)
※ 申込みの受付はお1人様1枚とさせていただきます。
※ 自己都合によりキャンセルする場合は、参加料の還付はいたしません。
※ 東海市民体育館のホームページなど掲載用の写真・動画を撮影する場合がございます。
(上記の内容をご確認の上、下記のHP掲載の欄に撮影可否をご記入願います)

----- き・り・と・り -----

《 令和6年度 》

第1期 高齢者の健康体操 & ヨガ

【 申込書兼誓約書 】

※ 太線の中をご記入ください。

参加料: 5,500円(消費税込)

受付No.

参加者	氏名 (ふりがな)	性別	生 年 月 日	昭 年 月 日	在 住 在 勤 在 学		
	住所	電話番号					
緊急連絡先(自宅以外でありましたらご記入ください。)		様方(TEL - -)					
備考	過去 参加経歴	初めて・ 過去 参加あり					
誓 約 書					HP掲載		
開催中における疾病・障害等の身体上の事故について、 当方にて一切の責任を負い、主催者側こそ何らご迷惑をお掛けいたしません。 令和 年 月 日							
					受付印	確認印	可
							否

※お客様よりご提供いただいた個人情報の取扱いは適切な手段によって行い、教室運営・サービスの提供及び運営上必要なご案内(緊急連絡及び通知、欠席確認等)の為に利用いたします。なお、ご本人の同意なしに第三者に提供することはございません。

《 令和6年度 》
第1期 木曜体操教室
 【 要項書 】

- 【主催】 東海市民体育館指定管理者 ザ・ビッグスポーツ/サンエイ合同企業体
 【開催日】 4/11・18・25・5/9・23・30 (木曜日 全6回)
 【時間】 17:00～18:00 (60分)
 【参加料】 7,260円 (消費税込)
 【定員】 30名 ※定員となり次第、申込終了とさせていただきます。
 【内容】 鉄棒・マット・とび箱を中心とした学校体操やボール・縄跳びなど。
 【会場】 東海市民体育館(サブアリーナ)
 【担当】 木野村 由美子・前田 民子・篠田 大輔 (都合により変更する場合があります)
 【対象者】 新小学1年生～新小学6年生
 【申込み】 ※3/7(木)～4/4(木) 申込時間:10:00～20:00 (電話予約不可)
 先着順[4月1日(月)は休館日のため受付不可]
 ※ 自己都合によりキャンセルする場合は、参加料の還付はいたしません。
 ※ 申込みの受付はお1人様1枚とさせていただきます。
 ※ 応募者が少ない場合は開催を中止する事があります。
 ※ ホームページなど掲載用の写真・動画を撮影する場合がございます。
 (上記の内容をご確認の上、下記のHP掲載の欄に撮影可否をご記入願います)

----- き・り・と・り -----

《 令和6年度 》
第1期 木曜体操教室
 【 申込書兼誓約書 】

※太線の中をご記入下さい。 参加料:7,260円(消費税込) 受付No. _____

参加者	氏名 (ふりがな)	性別 男・女	生年月日	平成 年 月 日(歳)				
	住所		学校名					
			学年	小学 年生				
			電話番号					
緊急連絡先(自宅以外でありましたらご記入下さい。) 様方(TEL - -)								
お子様の体調などで気になる事があれば、ご記入下さい。						過去参加 経歴	初めて・ 過去参加あり	
誓約書						受付印	確認印	HP掲載
教室開催中における疾病・障害等の身体上の事故については、 当方にて一切の責任を負い、主催者側は何らご迷惑をお掛け致しません。 令和 年 月 日 保護者氏名 (続柄)						可		否

※お客様よりご提供頂いた個人情報の取扱いは適切な手段によって行い、教室運営・サービスの提供及び運営上必要なご案内(緊急連絡及び通知、欠席確認等)の為に利用致します。なお、ご本人の同意なしに第三者に提供することはありません。

《 令和6年度 》

第1期 トランポリン教室

【 要項書 】

- 【主催】 東海市民体育館指定管理者 ザ・ビッグスポーツ/サンエイ合同企業体
- 【開催日】 4/15・22・5/13・20・27・6/10 (月曜日 全6回)
- 【時間】 Aクラス 新年長児～新小学2年生 16:10～17:10
Bクラス 新小学1年生～新小学6年生(初心者～) 17:20～18:20 (各60分)
Cクラス 新小学3年生～新中学3年生(リピーター) 18:30～19:30
- 【参加料】 各7,260円 (消費税込)
- 【定員】 Aクラス22名 B・Cクラス 各24名 ※定員となり次第、申込終了とさせていただきます。
- 【内容】 トランポリンで空中動作や感覚など動きのトレーニング。
身体姿勢を良くしバランス機能、集中力を高めます。
- 【会場】 東海市民体育館(サブアリーナ・メインアリーナ)
- 【担当】 愛知県体操協会トランポリン委員会 派遣1名
日本体操協会公認トランポリン普及指導員 山下真司・加藤光枝・徳和恭子
- 【対象者】 新年長児～新中学3年生
- 【申込み】 ※3/11(月)～4/8(月) 申込時間:10:00～20:00 (電話予約不可)
先着順[4月1日(月)は休館日のため受付不可]
※ 申込みの受付はお1人様1枚とさせていただきます。
※ 自己都合によりキャンセルする場合は、参加料の還付はいたしません。
※ 応募者が少ない場合は開催を中止する事があります。
※ ホームページなど掲載用の写真・動画を撮影する場合がございます。
(上記の内容をご確認の上、下記のHP掲載の欄に撮影可否をご記入願います)
※ 服装はジャージ、スウェット等のスポーツウェアを着用願います。
(Gパン、スカート付パンツ、金具やボタン付はNG)

き・り・と・り

《 令和6年度 》

第1期 トランポリン教室

【 申込書兼誓約書 】

※太線の中をご記入ください。 参加料:7,260円(消費税込) 受付No.

参加者	氏名	(ふりがな)	性別	クラス	A ・ B ・ C		
			男 女	生年月日	平・令	年 月 日(歳)	
	住所	〒 -	園名・学校名	学年	小学・中学	年	年長
			電話番号				
緊急連絡先(自宅以外でありましたらご記入ください。)				様方(TEL - -)			
お子様の体調などで気になる事があれば、ご記入ください。				過去参加 経歴	初めて・過去参加あり		
誓約書 教室開催中における疾病・障害等の身体上の事故については、 当方にて一切の責任を負い、主催者側にご迷惑をお掛けいたしません。 令和 年 月 日 保護者氏名 (続柄)				受付印	確認印	HP掲載	
						可 否	

※お客様よりご提供いただいた個人情報の取扱いは適切な手段によって行い、教室運営・サービスの提供及び運営上必要なご案内(緊急連絡及び通知、欠席確認等)の為に利用いたします。なお、ご本人の同意なしに第三者に提供することはありません。