

# 令和7年度 教室・要項書 目次

2025. 12. 23 現在

- 2P 第5期 トランポリン教室 ← Bクラス定員まで1名です
- 3P 第5期 はじめての体操教室
- 4P 第5期 君も俊足に！ 現役アスリートが教える走り方教室
- 5P 第1期 メタボリック解消 健康体操＆ヨガ ←定員になりました
- 6P 第7期 眠りを深めるまつりヨガ
- 7P 第6期 はじめての体操教室
- 8P 第6期 君も俊足に！ 現役アスリートが教える走り方教室

## 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°C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7年度 》

## 第5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】** 1/26・2/9・16・3/9・16・30 (月曜日 全6回)
- 【時 間】**
- |                         |                    |
|-------------------------|--------------------|
| Aクラス 年長児～小学2年生          | 16:10～17:10        |
| Bクラス 小学1年生～小学6年生(初心者～)  | 17:20～18:20 (各60分) |
| Cクラス 小学3年生～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)
- 【担 当】**
- |                     |           |
|---------------------|-----------|
| 一般財団法人愛知体操協会        | 派遣指導員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 |
| サポート指導員             | 下村丈治      |
- 【対象者】** 年長児～中学3年生
- 【申込み】**
- ※ 12/15(月)～1/12(月) 申込時間: 10:00～20:00(電話予約不可)  
先着順[12月29日(月)～1月3日(土)・1月5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。
  - ※ 最低達行人数は各クラス10名です。
  - ※ 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、学校体操服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、必ず靴下を着用してください)
- 

《 令和7年度 》

## 第5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.

氏名  参 加 者	(ふりがな)  住 所	性別  男 女	A · B · C  生年月日  年月日(歳)	A · B · C				
				年	月	日	(歳)	
		園名・学校名						
		学年	小学	中 学	年	年長		
		電話番号						
		様方						
		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、主催者側に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 (続柄)						

※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7年度 》  
第5期 はじめての体操教室  
【 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】 1/6・13・20・27・2/3・10 (火曜日 全6回)

【時 間】 17:00～18:00 (60分)

【参加料】 7,260円 (消費税込)

【定 員】 20名 ※定員となり次第、申込終了とさせて頂きます。

【内 容】 鉄棒・マット・とび箱を中心とした学校体操です。ボール・縄跳び等も行います。  
できる体験をお手伝いします。

【会 場】 東海市民体育館(サブアリーナ・剣道場)

【担 当】 木野村由美子・前田民子・藤本 智(都合により変更する場合があります)

【対象者】 小学1年生～小学3年生

【申込み】 ※ 12/2(火)～12/23(火) 申込時間:10:00～20:00 (電話予約不可)  
※ 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枚とさせて頂きます。  
※ 最低達行人数は8名です。  
※ 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7年度 》  
第5期 はじめての体操教室  
【 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 名 姓 性 別 生 年 月 日 学 校 名 学 年 電 話 番 号	(ふりがな)		性別 男 女	生年月日 平成 年 月 日(歳)			
	〒 -		学校名	学年	小学 年生		
緊急連絡先(上記電話番号以外でお願いします。)		電話番号	-	-			
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は、 当方にて一切の責任を負い、主催者側に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 (捺印 )					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7年度 》

## 第5期 君も俊足に！ 現役アスリートが教える走り方教室

### 【 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】 1/6・13・20・27・2/3・10 (火曜日 全6回)
- 【時 間】 18:30～19:30 (各60分)
- 【参加料】 各 7,260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】 運動の「楽しさ・難しさ」に共に触れながら、様々な運動器具を使用して、速く走るために必要な運動を、講師自身も一緒に身体を動かしながら指導していきます。  
出来なかったことが出来るようになった喜びや、お子様自身が成長を実感できるように教室の最終回にはタイム測定を実施します。
- 【会 場】 東海市民体育館(サブアリーナ・剣道場)
- 【担 当】 短距離走専門現役アスリート 鈴木悠斗
- 【対象者】 小学1年生～4年生
- 【申込み】  
※ 12/2(火)～12/23(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、参加料の返付はいたしません。  
※ 最低達行人数は8名です。  
※ 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7年度 》

## 第5期 君も俊足に！ 現役アスリートが教える走り方教室

### 【 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.

氏 名  参 加 者  住 所	(ふりがな)	性別	生年月日	平成 年 月 日 ( 歳 )	
		男 ・ 女	学校名		
〒 一		学年	小学	年生	
		電話番号	-	-	
緊急連絡先(上記電話番号以外でお願いします。)		様方	-	-	
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は、 当方にて一切の責任を負い、主催者側に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 )				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7年度 》  
第1期 メタボリック解消 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】	1/7・14・21・28・2/4・18・25・3/4・11・18 (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
【内 容】	肩こり・腰痛を和らげ、ヨガで筋肉をほぐし、呼吸法を用いて代謝アップを目指します。
【会 場】	東海市民体育館(剣道場)
【担 当】	高木さち
【対象者】	16歳以上で市内在住・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】	※ 12/3(水)～12/24(水) 申込時間:10:00～20:00 (電話予約不可) 先着順 ※ 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、参加料の返付はいたしません。 ※ 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7年度》

## トリック解消 健

## 【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	(ふりがな)	生	年 月 日 (歳)	在住 在勤 在学
	氏名	年		
住 所	〒	月	日	
緊急連絡		-		
備考		-		
		過去 の事 件で、 て・	参加あり	
受付印	確認印	HP掲載		
		可		
		否		

開催中における  
当方に於ける  
令和 年 月 日

※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・危険通知・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7年度》

## 第7期 眠りを深めるまつたりヨガ

### 【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】	2/16・3/9・16・23・30	(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】	※ 12/15(月)～2/9(月) 申込時間10:00～20:00(電話予約不可) 先着順[12/29日(月)～1/3(土)・1/5(月)・2/2(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。 ※ 最低達行人数は8名です。 ※ 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・ど・り

《 令和7年度 》

※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	(ふりがな)	性別	生年月日	昭 ・ 平	年月日 (歳)	
		男 ・ 女				
住 所	〒 -	電話番号	- -			
緊急連絡先(上記電話番号以外でお願いします。)			様方	- -		
備考				過去参加 経歴	初めて・ 過去参加 あり	
<p style="text-align: center;"><b>誓約書</b></p> <p>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、主催者側には何ら迷惑をお掛けいたしません。</p> <p>令和 年 月 日 保護者氏名 (参加者が未成年の場合には、保護者の氏名を記入)</p>					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7年度 》  
**第6期 はじめての体操教室**  
【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】 2/17・24・3/3・10・17・31 (火曜日 全6回)
- 【時 間】 17:00~18:00 (60分)
- 【参加料】 7,260円 (消費税込)
- 【定 員】 20名 ※定員となり次第、申込終了とさせて頂きます。
- 【内 容】 鉄棒・マット・とび箱を中心とした学校体操です。ボール・縄跳び等も行います。  
できる体験をお手伝いします。
- 【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・藤本 智(都合により変更する場合があります)
- 【対象者】 小学1年生～小学3年生
- 【申込み】 ※ 1/6(火)～2/10(火) 申込時間:10:00～20:00 (電話予約不可)  
先着順[2月2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、参加料の返付はいたしません。  
※ 申込みの受付はお1人様1枚とさせて頂きます。  
※ 最低遂行人数は8名です。  
※ 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7年度 》  
**第6期 はじめての体操教室**  
【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	(ふりがな)	性別 男 ・ 女	生年月日	平成 年 月 日 ( 歳 )
			学校名	
住 所	〒 -	学年	小学 年生	
		電話番号	- -	
緊急連絡先(上記電話番号以外でお願いします。)			様方	- - -
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は、 当方にて一切の責任を負い、主催者側に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 (捺印)				
			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7年度 》

## 第6期 君も俊足に！ 現役アスリートが教える走り方教室

### 【 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】 2/17・24・3/3・10・17・31 (火曜日 全6回)
- 【時 間】 18:30~19:30 (各60分)
- 【参加料】 各 7,260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】 運動の「楽しさ・難しさ」と共に触れながら、様々な運動器具を使用して、速く走るために必要な運動を、講師自身も一緒に身体を動かしながら指導していきます。  
出来なかったことが出来るようになった喜びや、お子様自身が成長を実感できるように教室の最終回にはタイム測定を実施します。
- 【会 場】 東海市民体育館(サブアリーナ)
- 【担 当】 短距離走専門現役アスリート 鈴木悠斗
- 【対象者】 小学1年生~4年生
- 【申込み】 ※ 1/6(火)~2/10(火) 申込時間:10:00~20:00 (電話予約不可)  
先着順(2月2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。  
※ 最低達行人数は8名です。  
※ 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7年度 》

## 第6期 君も俊足に！ 現役アスリートが教える走り方教室

### 【 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 名	(ふりがな)	性別 男 女	生年月日	平成 年 月 日 (歳)	
			学校名	学年	小学 年生
住 所	〒 -	電話番号	-	-	
			緊急連絡先(上記電話番号以外でお願いします。)	様方	- -
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は、 当方にて一切の責任を負い、主催者側に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 )				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。