

大田区総合体育館

親子・子どもクラス参加者大募集 !!

第1次募集期間

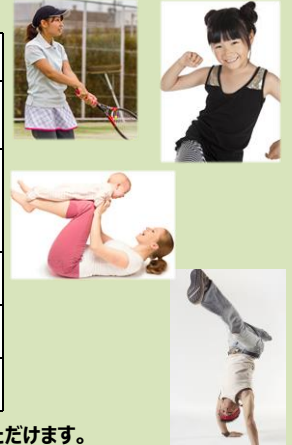
9月1日(木)～9日(金)

2022年度 第3期スポーツ教室 3ヶ月定期コース (10月～12月)

テニススクール

● インドアだからいつでも快適にご参加いただけます!! ●

曜日	クラス	時間	回数	金額		回数	金額		内容										
				火	木		火	木											
火・木	大人(初級)	9:00～	7回	¥14,000(税込) ¥12,727(税抜) ¥1,273(消費税10%)	¥14,000(税込) ¥12,727(税抜) ¥1,273(消費税10%)	7回	¥14,000(税込) ¥12,727(税抜) ¥1,273(消費税10%)	小学生からシニアまで、幅広く参加いただける初心者向けテニススクールです。インドアなのでいつでも快適です。 【初級】これからテニスを始めた、久しぶりにテニスをプレーしたい方におすすめのクラスです。											
		10:50～																	
		13:00～																	
	大人(中級)	9:00～							7回	¥11,200(税込) ¥10,182(税抜) ¥1,018(消費税10%)	¥11,200(税込) ¥10,182(税抜) ¥1,018(消費税10%)	7回	¥11,200(税込) ¥10,182(税抜) ¥1,018(消費税10%)	【中級】テニス経験のある方、ラリーができる方におすすめのクラスです。					
		10:50～																	
		14:50～																	
シニア	16:10～	7回	¥9,800(税込) ¥8,909(税抜) ¥891(消費税10%)	¥9,800(税込) ¥8,909(税抜) ¥891(消費税10%)	7回	¥9,800(税込) ¥8,909(税抜) ¥891(消費税10%)	【シニア】60歳以上の方向けのクラスです。												
	17:30～																		
ジュニア(低学年)	16:10～							7回							¥10,150(税込) ¥9,227(税抜) ¥923(消費税10%)	¥10,150(税込) ¥9,227(税抜) ¥923(消費税10%)	7回	¥10,150(税込) ¥9,227(税抜) ¥923(消費税10%)	【低学年】小学1年～3年生対象のクラスです。
	17:30～																		
ジュニア(高学年)	16:10～								7回	¥10,150(税込) ¥9,227(税抜) ¥923(消費税10%)	¥10,150(税込) ¥9,227(税抜) ¥923(消費税10%)	7回	¥10,150(税込) ¥9,227(税抜) ¥923(消費税10%)	【高学年】小学4年～6年生対象のクラスです。					
	17:30～																		



子どもクラス

開催期間中(10月～12月)に対象年齢に達していればご参加いただけます。

曜日	クラス	時間	回数	金額	内容	対象年齢
月	☆ キッズダンス50	16:30～	10回	¥11,000(税込) ¥10,000(税抜) ¥1,000(消費税10%)	お子様に必要な五感刺激を取り入れたプログラムで体の使い方とリズム感の習得を目指します。体を動かす楽しさを伝え、簡単なステップ、振り付けを毎回組み立ててかっこいいダンスに挑戦します。空手の基礎を学び、心の鍛錬・礼節を身につけ、心の成長を促します。	4歳～小学1年生
	☆ ジュニアダンス	17:40～				小学1年～6年生
	☆ キッズ空手50	16:00～				4歳～小学1年生
	☆ ジュニア空手	17:30～				小学1年～6年生
	☆ ジュニア空手 <中級>	19:00～				小学1年～中学3年生
火	☆ キッズHIP HOP50	16:30～	11回	¥12,100(税込) ¥11,000(税抜) ¥1,100(消費税10%)	音楽に合わせて身体を動かすことを楽しませます。楽しく足踏みなどから始め、ステップ等を覚えていきます。経験者でダンスの基礎を学びたい方におすすめ。基礎のダンクとアップ取りからゆっくりに覚えていきます。今話題の次世代武術スポーツ「トックン」で、【かっこよ】身体能力の向上を目指します。	4歳～小学1年生
	☆ ジュニアHIP HOP<基礎>	17:40～				小学1年～6年生
水	☆ キッズチアダンス50	16:00～	9回	¥9,900(税込) ¥9,000(税抜) ¥900(消費税10%)	基本の動きを少しずつ覚えながら、3カ月で1曲踊れるようになります。未経験者向けクラスです。声を出したりフォーメーションを組んだり楽しくチーム作りをしていきます。経験者向けのクラスです。ベテランクラスよりさらに難易度が高い技に挑戦し、レベルアップしていきます。HIP HOPが初めてのお子様におすすめ。リズム感を養いながら、かっこよく踊れるように導きます。	4歳～小学1年生
	☆ ジュニアチアダンス(ベーシック)	17:10～				小学1年～6年生
	☆ ジュニアチアダンス(アドバンス)	18:30～				小学4年～中学3年の経験者
	☆ ジュニアHIP HOP(入門)	16:30～				小学1年～3年生
	☆ ジュニアHIP HOP(基礎)	17:40～				小学1年～6年生
木	☆ キッズエアロビクス50	16:30～	10回	¥11,000(税込) ¥10,000(税抜) ¥1,000(消費税10%)	曲に合わせて前転など体操の要素も取り入れ、リズムカルな動作を行います。運動神経を高める為の動作を通じ、体力・柔軟性強化を目指します。	3歳6か月～小学1年生
	☆ ジュニアエアロビクス50	17:40～				小学1年～6年生
	☆ キッズチアダンス50	16:40～				4歳～小学1年生
	☆ ジュニアチアダンス(ベーシック)	17:45～				小学1年～6年生
金	☆ キッズバレエ50	15:30～	8回	¥8,800(税込) ¥8,000(税抜) ¥800(消費税10%)	声を出したりフォーメーションを組んだり楽しくチーム作りをしていきます。楽しく体を動かす、柔軟性の向上を図ります。姿勢の改善にもつながります。未経験者向けクラス。基礎体力作りと豊かな表現力が身につきます。未経験の方は参加いただけません。	4歳～年長
	☆ ジュニアバレエ(初級)	16:35～				小学1年～6年の未経験者
	☆ ジュニアバレエ(中級)	17:50～				小学4年～中学3年の経験者
	☆ キッズエアロビクス50	16:00～				3歳6か月～小学1年生
☆ ジュニアエアロビクス50	17:20～	小学1年～6年生				

【☆が付いている教室については「ユニフォーム(Tシャツ)」の購入が必要となります。】

親子クラス

開催期間中(10月～12月)に対象年齢に達していればご参加いただけます。

曜日	クラス	時間	回数	金額	内容	対象年齢
月	ベビーフィットリミック(※)	9:00～	10回	¥11,000(税込) ¥10,000(税抜) ¥1,000(消費税10%)	お子さんはママとリズム体操、ママは産後の身体に有効なエクササイズを行います。曲に合わせて体を動かしながら言葉への興味を引出し、ママは有酸素運動で元気!	2ヶ月～12ヶ月
	親子フィットリミック	10:30～				12ヶ月～2歳未満
火	わんぱく親子体操	9:00～	11回	¥12,100(税込) ¥11,000(税抜) ¥1,100(消費税10%)	就園前に身につけたいリズム感・運動全般遊びを通して楽しく指導します。親子で楽しむキッズダンスで協調性・リズム感を養います。ママの運動不足解消にも!	1歳
	親子フィット&ダンス	10:30～				2歳～3歳
	親子フィット&ダンス	16:00～				就園児(年少～年長)
水	親子で体操名人	9:00～	9回	¥9,900(税込) ¥9,000(税抜) ¥900(消費税10%)	ママの補助で運動神経発達を促す動作を組み込み、ママは有酸素運動でスッキリ!曲に合わせて体を動かしながら言葉への興味を引出し、ママは有酸素運動で元気!	2歳～3歳
	親子フィットリミック	10:30～				12ヶ月～2歳未満
	ベビー&マタエクササイズ(※)	12:00～				1.5ヶ月～12ヶ月
木	わんぱく親子体操	9:00～	10回	¥11,000(税込) ¥10,000(税抜) ¥1,000(消費税10%)	就園前に身につけたいリズム感・運動全般遊びを通して楽しく指導します。親子で楽しむキッズダンスで協調性・リズム感を養います。ママの運動不足解消にも!	1歳
	わんぱく親子体操	10:30～				2歳～3歳
	親子フィットリミック	10:30～				1歳
金	わんぱく親子体操	9:00～	8回	¥8,800(税込) ¥8,000(税抜) ¥800(消費税10%)	就園前に身につけたいリズム感・運動全般遊びを通して楽しく指導します。親子で楽しむキッズダンスで協調性・リズム感を養います。ママの運動不足解消にも!	1歳
	わんぱく親子体操	10:30～				2歳～3歳

【※印が付いている教室については、「女性の方のみ」のご参加とさせていただきます。】

フットサルスクール

人気クラスです!!!

曜日	クラス	時間	回数	金額
火	ビギナー 【4歳～小学1年生】	15:30～	7回	¥9,100(税込) ¥8,273(税抜) ¥827(消費税10%)
	ミドル 【小学2年～4年生】	16:45～		
	アッパー 【小学4年～6年生】	18:30～		
木	ビギナー 【4歳～小学1年生】	15:30～	7回	¥9,100(税込) ¥8,273(税抜) ¥827(消費税10%)
	ミドル 【小学2年～4年生】	16:45～		
	アッパー 【小学4年～6年生】	18:30～		

バスケットスクール

曜日	クラス	時間	回数	金額
火	ビギナー 【4歳～小学1年生】	15:30～	8回	¥14,400(税込) ¥13,091(税抜) ¥1,309(消費税10%)
	ミドル 【小学2年～6年生】	16:40～		
木	ビギナー 【4歳～小学1年生】	15:30～	8回	¥14,400(税込) ¥13,091(税抜) ¥1,309(消費税10%)
	ミドル 【小学2年～6年生】	16:40～		
	アッパー 【小学4年～中学3年生】	18:00～		
	プレユース 【中学生～高校生】	19:30～		¥20,000(税込) ¥18,182(税抜) ¥1,818(消費税10%)

内容

23区内唯一のFリーグクラブ「フーガドールすみだ」によるフットサル教室。現役のトップフットサル選手の指導により、フットサル及びサッカーの技術向上を図ります。
※別途スクールユニフォームの購入が必要となります。
※教室参加の際は、体育館でボールをご用意しております。



内容

大田区をホームとしている女子バスケットボールチーム「東京羽田フューキーズ」によるバスケットボール教室。ウィッキーズの元選手による指導でバスケットボールの技術向上を図ります。
※別途スクールウェアの購入が必要となります。
※教室参加の際は、体育館にてボールをご用意しております。
※未経験者の中学生はアッパークラスにご参加ください。
※プレユースクラスは、未経験の方はご参加いただけません。



大人クラスは裏面です。