

夏期短期教室 参加者募集

募集開始日
5月1日(水)より

締切日
5月20日(月)必着

結果返送 5月29日(水)以降

申込時にお預かりした
返信用はがきでお知らせします

お申込方法

往復ハガキに必要事項をご記入の上ご応募ください。施設窓口で
ご応募される場合は郵便ハガキをお持ちの上、受付カウンターにて
所定の用紙にご記入ください。

応募先

〒165-0026 中野区新井3-37-78 中野区立総合体育館「教室担当」宛
お預かりさせていただいた個人情報は当施設の規定に従い適切に管理・保管させていただきます。
詳細につきましては、当施設ホームページ「個人情報の取扱いについて」をご確認ください。

ハガキ記入例

※ハガキの記入は油性(消せない)ボールペンでご記入ください。※インクジェットハガキはご遠慮ください。※料金不足のハガキはお受け取りできません。

往信用 表

返信用 裏

返信用 表

往信用 裏

〒165-0026	
中野区新井3-37-78 中野区立総合体育館 「教室担当」宛	記入しないよう おねがいします

〒000-0000	①教室番号 ・教室名
東京都〇〇区〇〇-〇〇	②曜日・時間
〇〇 太郎 様	③氏名(フリガナ) ・年齢
	④住所
	⑤電話番号

※ハガキ1枚につき1名様1教室。※返信用ハガキの表面に住所・氏名を
ご記入ください。※定員を超えた場合は抽選とし中野区在住の方を優先と
させていただきます。※募集期間終了後、欠員の出ている教室は追加募集
を行います。



くわしい教室の内容はこちら

一部、詳細が違う教室がございます。内容のみ参照ください

中野区立総合体育館
03-5860-0024

番号	教室名	時間	料金	日程
F01	おかあさんといっしょ	9:30~10:15	¥4,750	7/22 7/29 8/5 8/19 8/26
F02	ルーシーダットン	10:45~11:45	¥4,500	
F03	ピラティス	12:15~13:15	¥4,500	
F04	幼児体操(4歳~未就学児)	15:30~16:30	¥4,750	
F05	小学生体操(低学年)	16:45~17:45	¥4,750	
F06	なわとび(年長~6年)	18:00~18:45	¥4,500	
F07	シェイプアップヨガ	19:45~20:45	¥4,500	
F08	燃焼系トレーニング	21:00~21:50	¥4,500	
F09	コアトレーニング	18:15~19:15	¥4,500	7/23・30 8/6・20・27
F10	燃焼系ボクシングEX	19:30~20:30	¥4,500	
F11	リラックスヨガ	20:45~21:45	¥4,500	
F12	ヨチヨチ	9:00~9:45	¥4,750	7/24 7/31 8/7 8/21 8/28
F13	ママ&ベビーヨガ	10:00~11:00	¥4,750	
F14	バレトン	10:10~11:00	¥4,500	
F15	燃焼系ボクシングEX	13:30~14:30	¥4,500	
F16	ビューティーヨガ	14:45~15:45	¥4,500	
F17	放課後★キッズ(小1~3年)	16:45~17:45	¥4,750	
F18	モーニングヨガ	9:00~10:00	¥3,600	7/25 8/1 8/8 8/22
F19	ヨチヨチ	9:30~10:15	¥3,800	
F20	エアロ&トレーニング	10:15~11:15	¥3,600	
F21	ピヨピヨ	10:30~11:15	¥3,800	
F22	フラダンス初級	11:00~12:00	¥3,600	
F23	姿勢改善運動	12:15~13:15	¥3,600	
F24	いきいきスポーツ(球技)	13:45~15:00	¥3,600	
F25	シェイプアップトレーニング	14:15~15:15	¥3,600	
F26	幼児体操(4歳~未就学児)	15:30~16:30	¥3,800	
F27	小学生体操(低学年)	16:45~17:45	¥3,800	
F28	小学生体操(小1~6年)	18:00~19:00	¥3,800	
F29	燃焼系ボクシングEX	19:30~20:30	¥3,600	
F30	夜ZUMBA	20:45~21:45	¥3,600	
F31	はじめてのボクシングEX	9:30~10:30	¥3,600	
F32	かんたんエアロ	10:45~11:45	¥3,600	
F33	コンディショニングヨガ	12:15~13:15	¥3,600	
F34	目覚ましヨガ	8:30~9:30	¥3,600	7/27 8/3・10・24
F35	モーニングヨピラティス	10:00~11:00	¥3,600	
S01	速成教室 とびばこ(小学生)	7:30~8:30	¥1,900	7/30(火)・31(水)
S02	速成教室 さかあがり(小学生)	7:30~8:30	¥1,900	8/6(火)・7(水)