

二期 定期教室 開催日程 (2023年7月~9月)

▼子ども向け定期教室

No.	教室名	対象	曜日	時間	開催日					定員	参加料 (税込)	場所
T1	ママヨガ	生後3か月~ 1歳6か月の親子	水	11:15~12:10	7/5	7/12	7/19	7/26	8/2	15組	¥8,200	幼児体育室
					8/9	8/23	8/30	9/6	9/13			
T2	親子体操 (1歳クラス)	1歳の親子	火	10:00~10:55	7/4	7/25	8/1	8/8	8/22	20組	¥8,200	幼児体育室
					8/29	9/5	9/12	9/19	9/26			
T3	親子体操 (1歳・2歳クラス)	1歳~2歳の 親子	月	10:00~10:55	7/3	7/10	7/31	8/7	8/21	20組	¥5,740	幼児体育室
						9/4	9/11					
T4			火	11:00~11:55	7/4	7/25	8/1	8/8	8/22	20組	¥8,200	
						8/29	9/5	9/12	9/19			
T5			木	10:00~10:55	7/6	7/27	8/3	8/17	8/24	20組	¥8,200	
						8/31	9/7	9/14	9/21			
T6			金	10:00~10:55	7/7	7/28	8/4	8/18	8/25	20組	¥8,200	
				9/1	9/8	9/15	9/22	9/29				
T7	土	10:00~10:55	7/8	7/15	7/22	7/29	8/5	20組	¥8,200			
				8/19	8/26	9/2	9/9			9/16		
T8	親子ではじめてボール	2歳~4歳	木	9:45~10:40	7/6	7/13	7/20	7/27	8/3	12組	¥8,200	Sスタジオ
					8/17	8/24	8/31	9/7	9/14			
T9	体操 (知育クラス)	2歳6か月~4歳	月	11:10~12:05	7/3	7/10	7/31	8/7	8/21	15名	¥5,740	幼児体育室
						9/4	9/11					
T10			月	12:10~13:05	7/3	7/10	7/31	8/7	8/21	15名	¥8,200	
						9/4	9/11					
T11			火	13:30~14:25	7/4	7/11	7/18	7/25	8/1	15名	¥8,200	
						8/8	8/22	9/5	9/12			
T12			土	11:10~12:05	7/8	7/15	7/22	7/29	8/5	15名	¥8,200	
				8/19	8/26	9/2	9/9	9/16				
T13	NEW 土	12:10~13:05	7/8	7/15	7/22	7/29	8/5	15名	¥8,200			
				8/19	8/26	9/2	9/9			9/16		
T14	体操 (2歳6か月~4歳クラ ス)	2歳6か月~4歳	木	11:00~11:55	7/6	7/27	8/3	8/17	8/24	15名	¥8,200	幼児体育室
					8/31	9/7	9/14	9/21	9/28			
T15	体操 (年少クラス)	年少	金	11:00~11:55	7/7	7/28	8/4	8/18	8/25	15名	¥8,200	小体育室
					9/1	9/8	9/15	9/22	9/29			
T16	体操 (年中・年長クラス)	年中~年長	土	9:50~10:45	7/1	7/8	7/15	7/22	7/29	15名	¥8,200	幼児体育室
					8/5	8/19	8/26	9/2	9/9			
T17	水	15:00~15:55	7/5	7/12	7/19	7/26	8/2	15名	¥8,200			
					8/9	8/23	9/6			9/13	9/20	
T18	土	11:00~11:55	7/1	7/8	7/15	7/22	7/29	20名	¥8,200			
					8/5	8/19	8/26			9/2	9/9	
T19	K-POPダンス	小学生	土	12:15~13:10	7/1	7/8	7/22	7/29	8/5	15名	¥8,800	Sスタジオ
					8/19	8/26	9/2	9/9	9/16			
T20	テーマパークダンス	4歳~未就学児	木	16:00~16:55	7/6	7/13	7/20	7/27	8/3	15名	¥8,800	Aスタジオ
		小学生	木	17:00~17:55	7/6	7/13	7/20	7/27	8/3			
T21	NEW 走り方教室	小学1年~2年生	土	14:35~15:35	7/1	7/8	7/15	7/29	8/5	20名	¥8,800	大体育室
		小学3年~6年生	土	15:45~16:45	8/19	9/2	9/9					
T22					7/1	7/8	7/15	7/29	8/5	20名	¥8,800	大体育室
					8/19	9/2	9/9					
T23					7/1	7/8	7/15	7/29	8/5	20名	¥8,800	大体育室
					8/19	9/2	9/9					

▼大人向け定期教室

No.	教室名	対象	曜日	時間	開催日					定員	参加料 (税込)	場所
T24	骨盤調整姿勢スッキリ	18歳以上	月	10:00~10:55	7/3	7/10	7/31	8/7	8/21	20名	¥4,970	Sスタジオ
					9/4	9/11						
T25	いきいき体操		火	11:00~11:55	7/4	7/11	7/18	7/25	8/1	25名	¥5,100	第一武道場
						8/8	8/22	8/29	9/5			
T26	水		11:00~11:55	7/5	7/12	7/19	7/26	8/2	15名	¥5,100	Sスタジオ	
						8/9	8/23	8/30				9/6
T27	金		11:00~11:55	7/7	7/14	7/21	7/28	8/4	15名	¥5,100	Sスタジオ	
						8/18	8/25	9/1				9/8
T28	気功・太極拳		金	10:00~10:55	7/7	7/14	7/21	7/28	8/4	20名	¥7,100	Sスタジオ
					8/18	8/25	9/1	9/8	9/15			
T29	ツールを使った 美呼吸ヨガ		金	14:15~15:10	7/7	7/14	7/21	7/28	8/4	20名	¥8,800	Sスタジオ
					8/18	8/25	9/8	9/15	9/22			
T30	ピラティス初級		水	13:10~14:05	7/5	7/12	7/19	7/26	8/2	20名	¥8,800	Sスタジオ
					8/9	8/23	8/30	9/6	9/20			
T31	ヘルピックスストレッチ		火	10:00~10:55	7/4	7/11	7/18	7/25	8/1	25名	¥7,100	第一武道場
						8/8	8/22	8/29	9/5			
T32	木		20:00~20:55	7/6	7/13	7/20	7/27	8/3	20名	¥7,100	Sスタジオ	
					8/17	8/24	8/31	9/7				9/14
T33	基礎からしっかりはじめてバレエ		土	15:40~16:25	7/1	7/8	7/15	7/22	7/29	15名	¥8,800	Aスタジオ
					8/5	8/19	8/26	9/2	9/9			
T34	バレトン		土	17:00~17:50	7/1	7/8	7/15	7/22	7/29	20名	¥8,800	Aスタジオ
					8/5	8/19	8/26	9/2	9/9			
T35	基礎から学ぼうはじめてサルサ		金	12:00~12:55	7/7	7/14	7/21	7/28	8/4	15名	¥8,800	Aスタジオ
					8/18	8/25	9/1	9/8	9/15			
T36	フットサル【ビギナー】①	水	19:00~20:25	7/12	7/19	7/26	8/2	8/9	25名	¥9,600	大体育室	
					8/23	8/30	9/6	9/13				9/27
T37	フットサル【ゲーム】	20:30~21:55	7/12	7/19	7/26	8/2	8/9	25名	¥9,600	大体育室		
				8/23	8/30	9/6	9/13				9/27	
T38	フットサル【ビギナー】②	土	9:15~10:40	7/1	7/8	7/15	7/22	7/29	25名	¥9,600	大体育室	
					8/5	8/19	8/26	9/2				9/9
T39	フットサル【チャレンジ】	10:45~12:10	7/1	7/8	7/15	7/22	7/29	25名	¥9,600	大体育室		
				8/5	8/19	8/26	9/2				9/9	
T40	太極舞	日	16:00~16:55	7/9	7/16	7/23	7/30	8/6	20名	¥8,800	Aスタジオ	
				8/20	8/27	9/3	9/17	9/24				
T41	フラダンス初級	木	14:00~14:55	7/6	7/13	7/20	7/27	8/3	20名	¥8,800	Sスタジオ	
				8/17	8/24	8/31	9/7	9/14				
T42	ダンスシェイプ	火	11:15~12:10	7/4	7/11	7/18	7/25	8/1	20名	¥8,800	Sスタジオ	
				8/8	8/22	8/29	9/5	9/12				
T43	NEW ビューティーバランスワーク	木	13:00~13:55	7/6	7/13	7/20	7/27	8/3	20名	¥8,800	Aスタジオ	
				8/17	8/24	8/31	9/7	9/14				
T44	アックス シニアウォーキングラボ	60歳以上	火	10:00~11:00	7/11	7/18	7/25	8/1	8/8	15名	¥9,900	Sスタジオ
				8/22	8/29	9/5	9/12					

▼特別教室

No.	教室名	対象	曜日	時間	開催日			定員	参加料 (税込)	内容
T45	障がい者水泳教室	小・中・高校生の 障がい者	月	17:00~17:55	7/10	8/21		10名	¥1,920	※お申し込み不要で自立して参加できる方に限ります。 泳ぎを通じて個性や可能性を伸ばし自信を育み、仲間づくりなど社会的 学習性の習得を目指します。

※障がい者水泳教室は、新宿区在住で、障がい者手帳・愛の手帳（療育手帳）・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方は、無料でご参加いただけます。

ご利用の際は、教室参加初回日に、受付にて上記の手帳及び手帳に記載の住所（区内在住の方）の部分をご提示してください。

注 意 事 項	<ul style="list-style-type: none"> ■頂いた個人情報は、新宿スポーツセンター個人情報保護方針に基づき取り扱います。 ■事前に登録・申込が必要です。 ■同一教室を複数申し込みされた場合は無効となります。 ■申し込みが定員に達した場合は抽選となります。 	<ul style="list-style-type: none"> ■募集定員より大幅に申し込みが少ない場合には中止になる場合がございます。 ■入金後の返金・譲渡・変更はいたしません。 ■施設・講師が指定した参加スペース・待機スペースを厳守してください。 ■金額は税込価格(10%)となっております。
------------------	---	---