

令和3年度

## 第2期スポーツ教室のご案内と変更9月10(金)

北海道の緊急事態宣言延長にともない、第2期スポーツ教室の実施予定期間が下記の通り変更となります。  
感染拡大を防ぐために必要な取り組みとして、趣旨をご理解頂きますようお願い申し上げます。

※厳守 受付期間は9月13日(月)から9月15日(水)16:45までとします。

開講教室名	対象	曜日	時間/期間	回数	主な内容	定員
リフレッシュA	一般	月	10:00~11:30 10/4~11/22	5回 (予定)	筋力トレーニングやストレッチングで楽しく体力づくりをします。	20名
カンガルー親子	3~6 歳児	火	14:30~15:30 10/5~11/30	5回 (予定)	ボールや跳び箱などの用具を使い、遊びの中で身体を動かすことの楽しさを味わい、運動能力の基礎を身につけます。	15組
リフレッシュB (ゆったり)	一般	水	10:00~11:30 10/6~11/24	5回 (予定)	体力維持のために、やさしい筋力トレーニング、レクリエーションなどを行います。	20名
ママさんスポーツ	一般	木	10:30~12:00 10/7~11/25	5回 (予定)	ミニバレーやバドミントン、卓球などを行い、爽やかな汗を流します。	20名
リフレッシュC	一般	金	10:00~11:30 10/8~11/19	5回 (予定)	筋力トレーニングやストレッチングで楽しく体力づくりをします。	20名

※行事等で日程が変更になる場合があります。なお、祝祭日、休日はお休みします。

※申し込みは、スポーツセンター窓口に設置の申込用紙に必要事項を記入し、スポーツセンターに提出してください。

なお、電話でのお申し込みはご遠慮ください。

※受付期間外の申込でスポーツ保険加入希望の場合は、手数料が発生します。

※ジュニアスポーツ教室とジュニアスポーツ教室αについては、社会教育係で実施している放課後子供教室の一環で行っています。

〈問合せ先〉

スポーツセンター

☎88 - 0151

担当 濱口・石丸