



令和8年度第3期スポーツ教室のご案内

★対象：一般(中学生を除く15歳以上)
中学生以上

	冬でもプールでエンジョイ!!		初心者でもOK!!	心も身体も前向きに!!	楽しんでエクササイズ!!		心も身体も前向きに!!
教室名	女性のための 水中ウォーキング	健康水中エアロ2	初心者のための アーチェリー2	昼ヨガ2	エアロの 時間です2	かんたん! ソフトエアロ2	夜ヨガ2
対 象	一般(15歳以上(中学生を除く))		中学生以上	一般(15歳以上(中学生を除く))			
開 講 日	12/14、28 1/25 2/8、22 3/8、22 月曜日7回	1/13、27 2/3、10、17、24 3/3、10、17、24 水曜日10回	1/12、26 2/2、9、16 3/2、9、16、23、30 火曜日10回	12/8、15、22 1/5、26 2/2 3/2、16、23、30 火曜日10回	12/8、15、22 1/5、26 2/2 3/2、16、23、30 火曜日10回	12/25 1/8、22、29 2/12、19 3/5、12、19、26 金曜日10回	12/11 1/8、22、29 2/12、19 3/5、12、19、26 金曜日10回
開講時間	11:00～12:00	13:30～14:45	18:30～20:30	12:15～13:15	13:30～14:30	10:00～11:30	19:30～20:30
受 講 料	4,620円	6,600円	5,500円	3,300円	3,300円	3,300円	3,300円
会 場	25m温水プール	25m温水プール	アーチェリー場	第3競技場	第3競技場	第3競技場	第3競技場
定 員	15名	40名	30名	70名	70名	90名	90名
締 切	11/17(火)	12/21(月)	12/21(月)	11/17(火)	11/17(火)	12/6(日)	11/17(火)
内 容	女性を対象に股関節・膝 関節痛の予防・機能改善 運動を紹介・実践します。	水の特性を活かし、どなた でもマイペースで楽し く水中運動を行います。 体力の保持増進を!!	アーチェリーの基本的な 射法を習得しながら、楽し さを体験できます。	健康増進を目的とした教 室です。呼吸法による健 康法を中心に行います。	楽しく音楽に合わせて有 酸素運動!! 無理なく健康度を高めら れます。	ご高齢の方でも無理なく 参加いただけ、運動強度 を抑え、楽しく健康・体力 の増進!!	健康増進を目的とした教 室です。呼吸法による健 康法を中心に行います。
予定講師	健康エクササイズ協会 講師	WATER WORLD 講師	名古屋市アーチェリー 協会指導員	スマイルヨガスタジオ 指導員	AFFA公認インストラクター 協本 真由美	㈱あい愛マインド 講師	スマイルヨガスタジオ 指導員
名古屋 市電子申 請二 次 元 コード	女性のための水中ウォーキング 	健康水中エアロ2  ※11/11募集開始	初心者のためのアーチェリー2  ※11/11募集開始	昼ヨガ2 	エアロの時間です2 	かんたん!ソフトエアロ2 	夜ヨガ2 

※二次元コードを利用する場合は、教室名を確認のうえアクセスしてください。

※各教室はスポーツ・レクリエーション傷害補償制度を設けております。

この印刷物は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。



【お問合せ先】クロコくんホール管理事務室
〒457-0833 名古屋市南区東又兵衛町5-1-16
Tel (052)614-3111 Fax (052)614-3120
<https://www.nespa.or.jp/hall/index.html>

【指定管理者】名古屋市総合体育館NK共同事業体
代表団体(公財)名古屋市教育スポーツ協会 <https://www.nespa.or.jp/>

★下記のいずれかの方法でお申し込みください。抽選日前日必着 注)土日祝は郵便物の配達がありませんのでご注意ください。

【往復はがき】

下記の記入例を参考に必要事項を記入のうえ、クロコくんホール管理事務室まで送付してください。

※はがき1枚につき1教室1人のお申し込みとなります。

《記入例》

◆往信表面	◆返信裏面	◆返信表面	◆往信裏面
〒457-0833 名古屋市南区東又兵衛町 5-1-16 クロコくんホール 管理事務室	未記入	申し込みをされる方の 郵便番号、住所、氏名 抽選結果のお届け先です。	①教室名 ②参加者の氏名（ふりがな） ③年齢（学年） ④性別（任意） ⑤住所 ⑥電話番号

【電子申請サービス】

※携帯の場合⇒表面(ご案内)にある各教室の二次元コードからアクセスしてください。

※パソコンの場合⇒下記URLからお申し込みください。

<https://ttzk.graffer.jp/city-nagoya/proc-search?q=%E3%82%AF%E3%83%AD%E3%82%B3%E3%81%8F%E3%82%93%E3%83%9B%E3%83%BC%E3%83%AB>

※同一人物による同一教室への重複したお申し込みは、無効となります。

※応募者が定員を超えた場合は、管理事務室で公開抽選を行います。

※定員に達しない場合、申込締め切り後も窓口もしくは電話にて受付(先着順)を行い、定員に達し次第、締め切ります。

※お支払いいただいた受講料は、原則お返しできません。

※お申し込みいただいた個人情報については、当スポーツ教室の開催事務以外には使用いたしません。

※ご来館いただいでの申し込みも可能です。返信用の郵便はがきをご持参ください。

→10/1～11/30までの期間は、施設への立ち入りができません。往復はがき、または名古屋市電子申請サービスにてご応募ください。