

令和8年度（10月申込締切分） 中スポーツセンター 定期スポーツ教室のご案内

一般（高校生以上）対象

教室名	回数	定員	開講期間	曜日	開講時間	受講料	講師	内容	申込締切日
avexプレゼンツ TRF EZ DO DANCERCIZE II	7回	20名	11/9、12/14、12/28、1/25 2/8、2/22、3/8	月	19:45～20:45	5,600円	KANA (エイベックス指導員)	エイベックスが独自開発した「ライフデザインメソッド」が受講できる教室です。仕事帰りの大人を対象とし、ストレス解消及び運動習慣の定着を促します。	10/14（水）
マンデーフットサル教室 II （一般対象）	7回	30名	11/9、12/14、12/28、1/25 2/8、2/22、3/8	月	19:45～20:45	3,500円	名古屋オーシャンズ サテライト監督 若山 伸太郎	試合を通じてスポーツの楽しさを体感したり、仲間づくりをしたりすることができる教室です。男性の方も女性の方もお気軽にご参加ください。	
モーニングヨガ II	15回	60名	11/17、11/24、12/1、12/8、12/15 12/22、1/5、1/12、1/19、1/26 2/9、2/16、3/2、3/9、3/16	火	9:15～10:15	4,950円	ヨーガ倶楽部・マハーンパドマ 柴田 美紀	運動の日常化や運動不足の解消を図る教室です。	
やさしいピラティス II	15回	60名	11/17、11/24、12/1、12/8、12/15 12/22、1/5、1/12、1/19、1/26 2/9、2/16、3/2、3/9、3/16	火	10:30～11:30	4,950円	ピラティストレーナー 斎竹 裕子	身体機能の改善・健康増進に効果的な呼吸法を中心としたレッスンです。	
一般水泳 II	15回	20名	11/13、11/20、11/27、12/4、12/11 12/18、12/25、1/8、1/15、1/22 2/19、2/26、3/5、3/12、3/19	金	18:30～20:00	9,900円	名古屋水泳連盟 指導者	水泳を始める機会提供とともに、継続して行えるよう正しい泳法を習得する教室です。	

※ 申込締切日を過ぎた後に定員に空きがある場合、電話または窓口で

追加募集を行います。

① 名古屋市電子申請サービスでお申し込みの方

⇒ 以下の二次元コードを読み取ってください。

avexプレゼンツ TRF EZ DO DANCERCIZE II	マンデー フットサル教室 II	モーニングヨガ II	やさしいピラティス II	一般水泳 II
				

- 窓口でお申し込みの場合は、郵便番号、住所、氏名を明記した「はがき」をご持参ください。
- 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。
- この教室はスポーツ・レクリエーション傷害補償制度を設けております。
- 応募者が定員を超えた教室は、申込締切日の翌日（10/15）に抽選を行います。
- 名古屋市電子申請で申し込みの方には順次抽選結果に関するメールを送ります。
- 往復はがきで申し込みの方には抽選結果を郵送で通知いたします。



② 往復はがきでお申し込みの方

⇒ 往復はがきでのお申し込みの場合は、以下の記入例を参考に必要事項を記入のうえ中スポーツセンターまで郵送してください。
⇒ **申込締切日必着（消印有効ではありません。）**のため余裕を持ってご投函ください。

<往復はがき記入例>			
◆往信表裏面	◆返信裏面	◆返信表裏面	◆往信裏面
〒460-0008 名古屋市中区栄一丁目 30番10号 中スポーツセンター	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 ④性別（任意） ⑤住所 ⑥電話番号 ※託児付教室をお申し込みの方は、②、③、④について保護者とお子様の両方をご記入ください。

名古屋市中スポーツセンター 〒460-0008 名古屋市中区栄1丁目30番10号
指定管理者：（公財）名古屋市教育スポーツ協会
Tel：052-232-2327 FAX：052-232-2364