

令和7年度（12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

※ 申込締切日：12/11（木）

教室名	回数	定員	対象	開講期間	曜日	開講時間	受講料	講師	内容
モーニングヨガⅢ	10回	54名	一般 （高校生以上）	1/13、1/20、1/27、2/3、2/10 2/17、2/24、3/3、3/10、3/17	火	9:15～10:15	3,300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。
モーニングヨガⅢ（託児付）	10回	6組 （12名）	2～3歳児と 保護者	1/13、1/20、1/27、2/3、2/10 2/17、2/24、3/3、3/10、3/17	火	9:15～10:15	6,600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。託児付なので子育て中の方も安心して参加していただけます。
やさしいピラティスⅢ	10回	54名	一般 （高校生以上）	1/13、1/20、1/27、2/3、2/10 2/17、2/24、3/3、3/10、3/17	火	10:30～11:30	3,300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。
やさしいピラティスⅢ（託児付）	10回	6組 （12名）	2～3歳児と 保護者	1/13、1/20、1/27、2/3、2/10 2/17、2/24、3/3、3/10、3/17	火	10:30～11:30	6,600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。託児付なので子育て中の方も安心して参加していただけます。
ジュニア水泳Ⅲ	10回	20名	小学生	1/7、1/14、1/21、1/28、2/4 2/18、2/25、3/4、3/11、3/18	水	16:40～17:40	6,000円	名古屋市水泳連盟 指導者	水に慣れ親しみ、泳げるようになることで、スポーツをする楽しさを体験する教室です。NESP水泳認定を実施します。
一般水泳Ⅲ	10回	20名	一般 （高校生以上）	1/9、1/16、1/23、1/30、2/6 2/13、2/20、2/27、3/6、3/13	金	18:30～20:00	6,600円	名古屋市水泳連盟 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。

※ ジュニア水泳（通年）参加者は、ジュニア水泳Ⅲの申込ができません。

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。

モーニングヨガⅢ	モーニングヨガⅢ （託児付）	やさしいピラティスⅢ	やさしいピラティスⅢ （託児付）	ジュニア水泳Ⅲ	一般水泳Ⅲ

- 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（12/12）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>			
◆往信表面	◆返信裏面	◆返信表面	◆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 名古屋市中区栄一丁目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