

2020年

# 細江総合体育センター 講座受講生募集

## 秋号

### 細江総合体育センター

(指定管理者東海ビル管理株式会社)

浜松市北区細江町中川2736番地

TEL/FAX: 053-522-1722

受付時間 9:00~21:30

休館日 12月29日~1月3日

twitter



http://www.birukan.jp/hosoetaiku/  
mail: hosoetaiku@birukan.com

新型コロナウイルス感染拡大の影響により中止になる場合があります。

キッズ

お試し  
コース

### 室内キッズテニス夏の特別コース 幼稚園生コース・小学生コース

テニスを気軽に体験したい方へおススメ!

日時 8/3(月)・8/4(火)の2日間  
①9:00-10:00 ②10:15-11:15 ③11:30-12:30  
対象 ①3~6歳(年少~年長) ②小学1~3年生 ③小学4~6年生  
受講料 1,600円/全2回



### ミーティング室にエアコンが設置されました!

36人収容、フローリングのお部屋になります  
会議や軽スポーツでの利用がおススメです!!



施設利用料: 1時間100円  
※まつぼっくり予約可  
エアコン使用料: 1時間140円  
※現金支払いのみ



新規開講

### ゲームを楽しむ ミニバスケットボール教室

ゲームを多く取り入れ楽しみながら技術向上を目指します

日時 9/1より毎週火曜日【月4回程度】  
16:45-17:45  
対象 小学1~6年生  
受講料 3,200円/月



新規開講

### 幼稚園生のための キッズサッカー教室

幼稚園生のために楽しくサッカーの技術指導をします

日時 9/2より毎週水曜日【月4回程度】  
15:30-16:30  
対象 3~6歳(年少~年長)  
受講料 3,200円/月



### みんなで元気に楽しく チアリーディング教室

リズム感やダンスなどの技術だけでなく  
仲間への思いやりや協調性も身につきます

日時 ①毎週月曜日【月4回程度】18:00-19:00  
②毎週火曜日【月4回程度】18:00-19:00  
対象 ①年中~小学2年生  
②小学3~6年生  
受講料 3,200円/月



### 初めての子でも安心 室内キッズテニス

やわらかいボールを使って  
1からテニスを覚えよう!

日時 毎週木曜日【月4回程度】  
①15:30-16:30 ②16:45-17:45  
③17:50-18:50  
対象 ①3~6歳(年少~年長) ②小学1~3年生  
③小学4~6年生  
受講料 3,200円/月



### ジュニアアスリートのための 体幹&メンタルトレーニング

競技能力向上と  
バランスの取れたケガのしにくい身体づくり

日時 毎週木曜日【月4回程度】  
19:00-20:30  
対象 スポーツをしている  
小学4年生~中学3年生  
受講料 3,200円/月



大人

### ゆる〜く・のんびり ボクシングエクササイズ

叩いて蹴ってストレス発散!  
ゆるく・のんびり無理なく基礎体力アップ

日時 毎週火曜日【月4回程度】  
10:00-11:00  
対象 一般(お子様連れ可)  
受講料 3,200円/月



### 傷病・疾病予防のための ボディケア

ストレッチ等で血流を改善し  
怪我や病気に負けない体を作ろう!

日時 9/3(木) 10/1(木) 11/5(木)  
10:00-11:00  
対象 一般  
受講料 800円/回



### ランニング教室

きれいに・ながく・ゆったり走れるように♪

日時 9/18(金) 10/16(金) 11/16(土)  
9:30-11:00 ※雨天時は室内開催  
対象 一般(小学4年生から可)  
受講料 800円/回



### 細江総合体育センター/細江総合グラウンド 指定管理者:東海ビル管理株式会社



#### ●交通アクセス

##### バスでお越しの方

JR浜松駅バスターミナル15番のりばから  
「43市役所金指気賀」行、「岡地」下車(約45分)、徒歩約10分

##### 電車でお越しの方

天竜浜名湖鉄道「岡地」下車、徒歩約10分

#### 《お申込み方法》

窓口または電話、FAX、Eメールで細江総合体育センターへお申込みください。先着順、複数申込み可。

FAX、Eメールの場合は、下記の①~⑧をご記入の上、お申込みください。

①氏名(フリガナ) ②住所 ③電話番号 ④緊急連絡先(受講者以外の氏名、続柄、電話番号) ⑤年齢 ⑥保護者名 ⑦学校名 ⑧学年

- ・定員に満たない講座は、途中入会も可能です。
- ・見学、体験(無料)が出来る講座もあります。
- ・募集人数が一定数に達しない講座は、開講しない場合がありますので、ご了承ください。
- ・募集人数に達した講座は、受付期間内でも受付終了となりますので、お早めにお申し込みください。
- ・一旦お支払いいただいた受講料は、払戻しは致しませんので、講座内容等をご確認の上お申し込みください。