

さがみはらグリーンフール 健康講座・カルチャー教室のご案内 R5.1.15

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
バランスボール	18歳以上 (高校生を除く)	1月18日(水)	13:45~14:25	10名	1月5日(木)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	400円

〔内 容〕

◎バランスボールの使用法を学び、簡単な運動を行います。

〔注意事項〕

◎運動のできる服装、内履きが必要となります。(タオル・飲み物は必要に応じて持参ください。)

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等での支払はできません。)

◎2Fスタジオでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。



イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
幼児リトミック 全4回	年少~年長	1月10日(火) 1月17日(火) 1月24日(火) 1月31日(火)	15:30~16:15	10名	12月19日(月)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	3,280円

〔内 容〕

◎身体で音楽を感じて、身近なモノや言葉でリズムや音感を養います。

〔注意事項〕

◎運動のできる服装、内履きが必要となります。(タオル・飲み物は必要に応じて持参ください。)

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等での支払はできません。)

◎2Fスタジオでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。



イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
親子リトミック 各1回	自力歩行可ができる 幼児~年少と保護者 生後2ヶ月以上の 乳児(歩行前)と保護	1月12日(木) 1月19日(木) 1月26日(木)	9:45~10:30 10:45~11:30	各12組	12月19日(月)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	各820円

〔内 容〕

◎わらべ歌や、遊びをお母さんと一緒に歌って身体をのびのび動かしていきます。

〔注意事項〕

◎運動のできる服装、内履きが必要となります。(タオル・飲み物は必要に応じて持参ください。)

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等での支払はできません。)

◎2Fスタジオでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。



イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
跳んで走って 遊びながら 体力強化	年少・年中	1月22日(日)	10:00~10:50	10名	12月19日(月)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	510円

〔内 容〕

◎マット、フープ、平均台等を使って跳ぶ、回る等の基本動作を楽しみながら行います。

〔注意事項〕

◎運動のできる服装、内履きが必要となります。(タオル・飲み物は必要に応じて持参ください。)

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等での支払はできません。)

◎1Fスタジオでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。



イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
親子リトミック 各1回	2歳から年少と その保護者	2月 1日(水) 2月 8日(木) 2月15日(水) 2月22日(水)	9:45~10:30	各12組	1月19日(木)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	各820円

〔内 容〕

◎わらべ歌や、遊びをお母さんと一緒に歌って身体をのびのび動かしていきます。

〔注意事項〕

◎運動のできる服装、内履きが必要となります。(タオル・飲み物は必要に応じて持参ください。)

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等での支払はできません。)

◎2Fスタジオでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。



イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
親子リトミック 各1回	自力歩行可ができる 幼児～年少と保護者 生後2ヶ月以上の 乳児(歩行前)と保護	2月 2日(木)	9:45～10:30	各12組	1月19日(木)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	各820円
		2月 9日(木)				
		2月16日(木)	10:45～11:30			

〔内 容〕

◎わらべ歌や、遊びをお母さんと一緒に歌って身体をのびのび動かしていきます。

〔注意事項〕

◎運動のできる服装、内履きが必要となります。(タオル・飲み物は必要に応じて持参ください。)

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎2Fスタジオでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。



イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
幼児リトミック 全4回	年少～年長	2月 7日(火)	15:30～16:15	10名	1月19日(木)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	3,280円
		2月14日(火)				
		2月21日(火)				
		2月28日(火)				

〔内 容〕

◎身体で音楽を感じて、身近なモノや言葉でリズムや音感を養います。

〔注意事項〕

◎運動のできる服装、内履きが必要となります。(タオル・飲み物は必要に応じて持参ください。)

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎2Fスタジオでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。



イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
今からはじめる! 転倒予防	40歳以上	2月 8日(水)	13:45～14:25	10名	1月19日(木)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	400円

〔内 容〕

◎下肢の筋力アップを目的とし、転倒予防を目指します。

〔注意事項〕

◎運動のできる服装、内履きが必要となります。(タオル・飲み物は必要に応じて持参ください。)

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎2Fスタジオでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。



イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
幼児体育教室 (全4回)	年中・年長	2月 3日(金)	16:15～17:00	12名	1月15日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	2,040円
		2月10日(金)				
		2月17日(金)				
		2月24日(金)				

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
小学生体育教室 (全4回)	小学生	2月 3日(金)	17:30～18:30	12名	1月15日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	2,040円
		2月10日(金)				
		2月17日(金)				
		2月24日(金)				

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
小学生体育教室 (全4回)	小学生	2月 3日(金)	18:45～19:45	12名	1月15日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	2,040円
		2月10日(金)				
		2月17日(金)				
		2月24日(金)				

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
幼児体育教室 (全4回)	年中・年長	2月 4日(土)	13:00～13:45	12名	1月15日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	2,040円
		2月11日(土)				
		2月18日(土)				
		2月25日(土)				

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
小学生体育教室 (全4回)	小学生	2月 4日(土)	14:15～15:15	12名	1月15日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	2,040円
		2月11日(土)				
		2月18日(土)				
		2月25日(土)				

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
小学生体育教室 (全4回)	小学生	2月 4日(土) 2月11日(土) 2月18日(土) 2月25日(土)	15:30~16:30	12名	1月15日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	2,040円

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
幼児体育教室 (全4回)	年中・年長	2月 5日(日) 2月12日(日) 2月19日(日) 2月26日(日)	13:00~13:45	12名	1月15日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	2,040円

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
小学生体育教室 (全4回)	小学生	2月 5日(日) 2月12日(日) 2月19日(日) 2月26日(日)	14:15~15:15	12名	1月15日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	2,040円

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
小学生体育教室 (全4回)	小学生	2月 5日(日) 2月12日(日) 2月19日(日) 2月26日(日)	15:30~16:30	12名	1月15日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	2,040円

〔内 容〕

◎幼児体育教室はサーキットトレーニングを取り入れて、楽しみながら運動を覚えていきます。

◎小学生体育教室は学校体育に準じたマット・跳箱・鉄棒を練習します。

〔注意事項〕

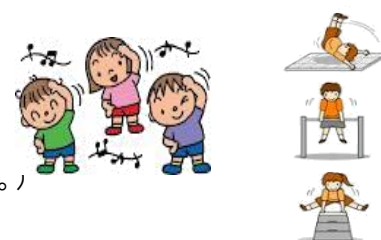
◎参加費の回数割りはできません。

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎運動のできる服装、内履きが必要となります。(タオル・飲み物は必要に応じてご持参ください。)

◎1Fスタジオでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。



さがみはらグリーンプールカルチャー教室で作成した作品例です。

興味のある方は是非ご参加ください。

講座・教室・イベントに関しまして、諸事情により変更・延期・中止する場合がございますので、予め、ご了承ください。

さがみはらグリーンプール

042-758-3151

指定管理者

静岡ビル保善

コナミスポーツグループ