

あさおスポーツだより

Vol.33

4月より大体育室の利用を再開します！

設備改修工事のため使用を休止していた大体育室の利用を4月1日より再開します。工事期間中休止していた、バドミントン、卓球、エアロビクスのスポーツデーや、バスケットボール、バレーボールなどの定期教室を再開します。また、グループやチームでの貸切利用や大会、競技会等も再開します。ご家族やお友だちと一緒にぜひご利用ください！

春の定期教室（4月～6月）のご案内

麻生スポーツセンターでは、4月～6月に開催する春の定期教室の参加者を募集中です。親子で参加できる幼児向け教室が新しくスタートする他、設備工事のため休講していた大体育室での教室も再開します。経験豊富な講師が丁寧に指導しますので、初めての方でも無理なく始められます。身体を動かしやすい季節になりました。ぜひお友達と一緒にご参加ください。教室の詳細は、施設ホームページまたは館内掲示、案内パンフレットをご覧ください。

リトミック

NEW!
親子で楽しく参加できる教室です。

からだを動かしながら、リズム・拍子・音階・読譜など音楽の基礎を習得し、お友達と音楽を通して協調性や自己表現を学びます。からだ全体でリズムに乗って楽しみましょう！

- ▶対象年齢 年中・年長と保護者
- ▶曜日・時間 月曜日 16:00～16:45
- ▶開催日 4/10,17 5/8,15,29
- 6,5,12,19 全8回
- ▶受講料 9,680円

新体操 キッズクラス

時間が変わりました。
からだの正しい動かし方や柔軟性が身につきます！

初めてのお子様でも安心。手具の扱いを基礎から練習します。女の子らしい柔らかい身のこなし、柔軟性、瞬発力、集中力、表現力、リズム感が身につきます。

- ▶対象年齢 年中・年長 ※女儿
- ▶曜日・時間 月曜日 15:20～16:05
- ▶開催日 4/10,17 5/1,8,15,29
- 6/5,12,19 全9回
- ▶受講料 8,370円

チアリーディング キッズクラス

元気なあいさつと笑顔がいっぱいの教室です！

初めてのお子様大歓迎！チアリーディングの基礎（ダンス、モーション、演技）と、あいさつ・笑顔も学びましょう。教室の最終日には発表会を行います。ポンポンを持ってかわいく元気に踊りましょう！

- ▶対象年齢 年中・年長
- ▶曜日・時間 火曜日 16:30～17:15
- ▶開催日 4/11,18,25 5/9,16,23,30
- 6/6,13,20,27 全11回
- ▶受講料 7,920円

ボールで遊ぼう！キッズクラス

時間が変わりました。
ボールを使って楽しく運動します！

いろんなボールを使って、投げる、取る、つく、蹴るなどの基本動作の習得はもちろん、鬼ごっこやフープ遊び、大縄跳びなどの様々な遊びを取り入れ、楽しく基礎体力の向上を目指します。

- ▶対象年齢 年中・年長
- ▶曜日・時間 木曜日 15:30～16:15
- ▶開催日 4/6,13,20,27 5/18,25
- 6/1,8,15,22,29 全11回
- ▶受講料 10,780円

***** 定期教室一日体験（有料）も募集中！ *****

ためてみたい教室をお気軽に体験していただけます。詳しくは麻生スポーツセンターまでお問い合わせください。

4月からのスポーツデーのご案内



個人で各種目に自由にご参加いただけます。講師がついている種目もあります。事前予約は不要ですので、お気軽にご参加ください。(4月より大人240円、小人120円 ※3月まで大人220円、小人110円)

※場所および時間は4月からの予定です。休講になる場合もありますので、詳しくはホームページをご覧ください。お問い合わせください。

開催曜日	大体育室	小体育室	第1武道室	第2武道室
火曜日	エアロビクス (9:20)	健康体操 ①13:20 ②14:20 ③15:20		
水曜日	バドミントン ①9:00 ②12:10 ③15:20 ④18:30	バレトン (13:00) NEW!	空手 (19:00)	
木曜日	卓球 ①9:00 ②12:10 ③15:20 ④18:30	 ボディコンバット (19:30) NEW!	剣道 (18:30)	
金曜日	エアロビクス (9:20)	マット運動 (15:30) 4月第1・2週 / 5・6月第2・3週		ヨガ ①13:45 ②15:20
土曜日		卓球 ①9:00 ②12:10 ③15:20 ※③は初心者・親子優先		柔道 子ども9:20 / 大人10:40

スポーツデーに新しい種目が登場します!

4月開始

ボディコンバット

音楽に合わせて様々な格闘技の動きを取り入れたワークアウトです。仮想の相手にパンチやキックを繰り出して、ストレスを発散しましょう!



- ◆日時 金曜日 19:30～20:15
- ◆場所 小体育室

バレトン

バレエ・フィットネス・ヨガの3つの要素をバランスよく組み合わせたエクササイズです。姿勢や体幹を鍛えるのに最適なレッスンです。



- ◆日時 水曜日 13:00～14:00
- ◆場所 小体育室

利用料金改定のお知らせ

(令和5年4月1日から)

麻生スポーツセンターの利用料金を令和5年4月1日から改定します。

○改定の対象

- 次の利用料で、令和5年4月1日以降に利用申請したもの
 - ・施設専用利用料 (大体育室、小体育室、第一武道室、第二武道室、研修室)
 - ・設備専用利用料 (各種スポーツ器具、放送器具等)
 ※令和5年3月31日までに予約申請した場合、実際の利用日が4月1日以降であっても、改定前の利用料が適用されます。
- 個人利用料 (スポーツデー、トレーニング室)

○改定後の利用料

令和元年11月の消費税の引き上げ分の適切な転嫁のための改定です。改定後の具体的な料金については、麻生スポーツセンターホームページにてご確認ください。
 (例) 平日午前中に大体育室を全面利用する場合 改定前6,930円 → 改定後7,620円
 18歳以上の方がトレーニング室を個人利用する場合 改定前220円 → 改定後240円

