



市原市体育協会が実施する スポーツ教室 平成31年度日程

※市原市在住、在勤の皆さんを対象とするスポーツ教室です。

事前に参加申込が必要な教室は、開催1~2ヶ月ほど前に、「広報いちほら」や公益財団法人市原市体育協会のホームページに募集要項が掲載されます。

ゼットエー武道場 会場

○ 事前に参加申込みが必要な教室

参加料: ○3,000円、●3,500円 高校生以下半額

教室名	対象者	募集人数	曜日	時間	前期開催期間	回数	後期開催期間	回数
○やさしい女性剣道	女性	20	火	9:30~11:30	4/16 ~ 6/25	10回		
○女性合気道		20	金	9:30~11:30	4/19 ~ 7/12	10回		
●硬式卓球 A	15歳以上	20	木	9:30~11:30	4/25 ~ 7/11	10回		
●硬式卓球 B		20	水	14:00~16:00	4/17 ~ 7/10	10回		
●ラケット卓球 A		20	木	9:30~11:30	4/25 ~ 7/11	10回		
●ラケット卓球 B		20	水	14:00~16:00	4/17 ~ 7/10	10回		
○ボクシング	小学生以上	20	火	18:30~20:30	4/16 ~ 6/25	10回		
○剣道(3級以上)		20	木	18:00~20:00	4/18 ~ 7/4	10回		
○空手道		20	金	18:30~20:30	4/19 ~ 6/28	10回		
●アーチェリー		20	土	13:00~15:00	5/4 ~ 7/6	10回		
○少林寺拳法	小学4年生以上	20	木	18:30~20:30	4/18 ~ 7/11	10回		
○ビームライフル	小学5年生以上	20	土	14:00~16:00	4/20 ~ 6/29	10回		
○剣道(2級以上)	中学生	20	月	18:30~20:30	4/15 ~ 7/8	10回		
○なぎなた	高校生以上	20	金	9:30~11:30	4/19 ~ 7/12	10回		
●弓道 A		20	木	9:45~11:45	4/18 ~ 7/4	10回		
●弓道 B		20	土	13:00~15:00	4/20 ~ 7/6	10回		
●弓道 C		20	火	9:45~11:45	4/16 ~ 6/25	10回		
○剣道(初級・中上級)	小・中学生	20	水	18:30~20:30	4/17 ~ 7/3	10回		
○相撲		20	日	15:00~17:00	4/21 ~ 7/28	10回		
○柔道	小・中・高生	20	金	18:00~20:00	4/19 ~ 7/12	10回		

参加料: 3,500円

教室名	対象者	募集人数	曜日	時間	開催期間	回数	開催期間	回数
やさしい太極拳	一般	50	火	14:00~15:30	4/9 ~ 6/18	10回		
シェイプアップ		25	金	14:00~16:00	5/10 ~ 6/28	8回		

参加料: 3,000円

教室名	対象者	募集人数	曜日	時間	開催期間	回数	開催期間	回数
やさしいピラティス	一般	20	水	10:00~11:15	7/3 ~ 7/31	5回		
エンジョイヨガ		20	金	18:45~20:00	7/5 ~ 8/2	5回		
アロマストレッチ		20	木	18:45~20:00	7/4 ~ 8/1	5回		

参加料: ①2,500円 ②③1,300円

教室名	対象者	募集人数	時間	開催期間	回数
①夏休み少年少女卓球Aコース	小学生1~6年生	60	9:00~12:00	8/7, 8, 9 8/20, 21, 22	6回
②夏休み少年少女卓球Bコース	小学生1~6年生	60	9:00~12:00	8/7, 8, 9	3回
③夏休み少年少女卓球Cコース	小学生1~6年生	60	9:00~12:00	8/20, 21, 22	3回

参加料: 1,500円

教室名	対象者	募集人数	曜日	時間	開催期間	回数
ストレッチ&ロコトレ	一般	20	木	14:00~15:30	7/4, 11, 18	3回

参加料: 一回 500円 ※ノルディックポールをレンタルの場合+2

教室名	対象者	募集人数	曜日	時間	開催期間	回数
ノルディックウォーキング(春)	一般	20	土	14:00~15:30	4/20, 5/18, 6/18	3回
ノルディックウォーキング(秋)		20	土	14:00~15:30	9/21, 10/19, 11/16	3回
ノルディックウォーキング(冬)		20	土	14:00~15:30	1/18, 2/15, 3/21	3回

参加料: ①500円 ②200円

教室名	対象者	募集人数	曜日	時間	開催日
① 夏休み RUN ラン	小学生1~6年生	各50	木	1.2.3年 9:00~10:30 4.5.6年 11:00~12:30	8月1日
② ふれあいポッチャ	一般	60	土	9:00~12:00	9月7日

○ 開催日当日に直接申込みで参加できる教室

参加料 500円

教室名	対象者	募集人数	曜日	時間	開催期間	回数
サマーエアロ	一般	100	月	10:00~11:00	7/22, 7/29, 8/19, 8/26	4回
夏休みヒップホップ	一般	30	金	10:00~11:00	8月2日	1回

その他のスポーツ施設 会場

参加料: ①②3,500円 ③4,200円 ④3,000円 高校生以下2,500円

● 事前に参加申込みが必要な教室

⑤⑥3,000円 ⑦未定(後日体協ホームページにて公開)

教室名	会場	対象者	募集人数	曜日	時間	前期開催期間	回数	後期開催期間	回数
① ソフトテニス	臨海第2庭球場	一般	40	火	9:30~11:30	4/9 ~ 7/23	10回	9/3 ~ 12/10	10回
② テニス	市津運動広場	一般	60	木	9:30~11:30	4/11 ~ 7/18	10回	9/5 ~ 12/12	10回
③ バドミントン	臨海体育館	女性	50	金	9:30~11:30	4/5 ~ 7/26	12回	9/6 ~ 11/29	12回
④ ナイタージョギング	ゼットエーオリブスタジアム	中学生以上	150	火	18:30~20:00	4/2 ~ 6/25	10回	8/27 ~ 11/26	10回
⑤ エアロストレッチ	臨海体育館	一般	80	月	10:00~11:30	4/8 ~ 7/8	10回	9/2 ~ 12/9	10回
⑥ やさしいヨガ	アネッサ	一般	50	金	10:00~11:30	4/12 ~ 7/5	10回	9/6 ~ 11/29	10回
⑦ ウィンターエアロ	臨海体育館	一般	100	月	10:00~11:00	1/20, 1/27, 2/3, 2/10, 2/17, 3/2	6回		

スケート参加料: 3,000円(スキーは未定)

教室名	会場	対象者	募集人数	時間	開催期間	回数	予備日
スケート	姉崎スケート場	小学生以上	50	19:00~20:30	12/2 ~ 12/6	5回	12/9~12/13
スキー	未定	小学3年生以上	36	(金)夜~(日)3日間	日程調整中	2泊	