



令和2年度 公益財団法人 逗子市体育協会 スポーツ教室等予定表

フィットネス教室

教室(行事)名	日 時	会 場	対 象	募集定員	参 加 費	申 込
ZUMBA® (お子さんと一緒にどうぞ)	4/4(土)~ 土曜日 通年 9:50~10:40	逗子アリーナ	中学生以上	80名	回数券 4,000円 (10枚綴り) ビジター 1回 500円	当日受付
骨盤体操	4/14(火)~ 火曜日 通年 9:00~9:50			20名		
姿勢改善	4/14(火)~ 火曜日 通年 10:00~10:50			20名		
ZUMBA®	4/1(水)~ 水曜日 通年 9:00~9:50		16才以上	80名		
水曜ヨガ	4/1(水)~ 水曜日 通年 10:00~10:50			80名		
ソフトヨガ	4/3(金)~ 金曜日 通年 9:00~9:50			80名		
キックエアロ	4/3(金)~ 金曜日 通年 10:00~10:50			80名		
朝いちソフトヨガ	4/4(土)~ 土曜日 通年 8:50~9:40			80名		
ソング&ストレッチ	4/10(金)~ 第2・4金曜日 11:10~12:10			25名		
筋力アップ& チェアストレッチ	4/3(金)~ 金曜日 通年 ② 12:45~13:45 ② 14:15~15:15		55才以上	各30名		
75歳からの健康体操	4/1(水)~ 水曜日 通年 11:10~12:00	75才以上	15名			

★ 休館日・祝日・お盆・年末年始はお休みです。また、施設の都合でお休みとなる場合があります。

おとなのスポーツ教室・イベント等

教室(行事)名	日 時	会 場	対 象	募集定員	参 加 費	申 込
テニス	5/3~6・5/10 予備日5/17(日) 5日間 10:00~12:00	第一運動公園 テニスコート	18才以上	30名	2,500円	4/8~
ヨット	5/31(日) 予備日6/7 講義9:00~10:00 実技 10:00~16:00	新宿会館 逗子海岸	中学生~ シニア	20名	5,000円	5/2~23
電太 スポーツ太鼓	①4/9~6/25 ②7/2~9/24※8/13を除く ③10/1~12/17※12/24を除く ④1/14~3/25※1/7・2/11を除く 木曜日 各12日間 ④は10日間 A:9:00~10:00(中級) B:10:15~11:15(上級) C:11:30~12:30(初級)	逗子アリーナ	18才以上	各13名	①②③ 12,000円 ④ 10,000円 ビジター 1,500円	①4/1~ ②6/18~ ③9/17~ ④12/10~
土曜テニス	第1・3・5土曜日 9:00~12:00	第一運動公園	18才以上	20名	1回 500円	当日 会場へ
おとなの バドミントン	9/11~10/30 金曜日 8日間 9:00~11:00	逗子アリーナ	20才以上	40名	4,500円	8/2~
体カテスト会	9/13(日)内容 握力・立ち幅跳び・ 上体起こし他 全6種目 9:30~12:00	逗子アリーナ	20才以上	なし	無 料	当日 会場へ
健康ハイキング	10/26(月) 6:30集合予定 19:30頃帰着予定	未 定	18才以上	40名	6,000円	10/2~
アーチェリー	11/8 11/15(日) 雨天決行 日曜日 2日間 9:30~12:30	第一運動公園 弓道場	小学4年~ シニア	20名	2,000円	
弓道	11/21(土)・22(日) 2日間 土曜日 13:00~15:00 日曜日 10:00~15:00	第一運動公園 弓道場	小学5年~ シニア	20名	2,000円	11/2~
FIGURE8	①4/9~5/28 ②6/4~7/30※7/23を除く ③8/6~9/24 ④10/1~11/19 ⑤11/26~1/21※12/31を除く ⑥1/28~3/25※2/11を除く 木曜日 各全8回 9:30~10:30	逗子アリーナ	16才以上	各25名	各4,800円	①4/1~ ②5/21~ ③7/16~ ④9/10~ ⑤11/12~ ⑥1/14~
薬膳&ストレッチ	6月・11月 各1日間 ※詳細未定 お問い合わせください	逗子アリーナ	16才以上	各30名	※	※

ジュニアスポーツ教室

教室(行事)名	日 時	会 場	対 象	募集定員	参 加 費	申 込
こどもダンス	①5/12~7/14 ②10/6~12/15 ③1/12~3/23 火曜日 各10日間 A16:20~17:10 B17:20~18:20	逗子アリーナ	A 未就学児 4~6才 B 小学校 1~6年生	A 15名 B 25名	各 5,000円	
ステップアップ 運動基礎	①5/7~6/25 ②9/24~11/12 ③1/14~3/11 木曜日 各8日間 16:30~17:30	逗子アリーナ	小学校 1~6年生	各 40名	各 4,000円	
ジュニア 陸上競技 (低学年)	①5/8~6/5 ②9/18~10/16 ③1/15~2/12 16:30~17:30 金曜日 各全5日間	池子の森 自然公園 400m トラック	小学校 1~3年生	各 40名	各 2,500円	①4/8 ②9/9 ③12/9 各 16:00~ (一斉)
ジュニア テニス	①5/13~6/10 ②9/16~10/14 A16:00~17:00 B17:00~18:00 ③1/13~2/10 C17:00~18:00 水曜日 各5日間	池子の森 自然公園 テニスコート	A 小学校 1~3年生 B 小学校 4~6年生 C 小学校 1~6年生	各 24名	各 2,500円	
親子体操	①5/7~6/25 ②9/24~11/12 ③1/14~3/11 木曜日 各8日間 9:30~10:30	逗子アリーナ	2・3・4歳 親子	30組	各 5,600円	
ジュニア 陸上競技 (高学年)	4/18~7/18の内8日間 土曜日 9:00~11:00	池子の森 自然公園 400m トラックほか	小学校 4~6年生	50名	2,500円	4/8 16:00~ (一斉)
ジュニア卓球	5/7~6/25 木曜日 8日間 16:30~18:00	逗子アリーナ	小学校 4~6年生	40名	2,500円	
ジュニア バドミントン	5/12~6/30 火曜日 8日間 16:30~18:00	逗子アリーナ	小学校 4~6年生	30名	2,500円	
ヨット	5/31(日) 予備日6/7 講義9:00~10:00 実技 10:00~16:00	新宿会館 逗子海岸	中学生~ シニア	20名	5,000円	5/2~23
ジュニア 初心者水泳	①7/21~7/29 ②7/30~8/7 9:30~11:30 各7日間 土・日曜日を除く	①沼間小学校 ②飯島公園 プール	泳力 25m未満の 小学校4~6年生	各 60名	各 2,500円	
ジュニア 中級者水泳	7/21~7/29 7日間 土・日曜日を除く 15:00~17:00	沼間小学校 プール	泳力 25m以上の 小学校1年~中学生	40名	2,500円	7/9 16:00時~ (一斉)
ジュニア ウインド サーフィン	①8/3(月)AM ②8/3(月)PM ③8/4(火) ④8/5(水) ⑤8/6(木) 各 10:00~13:00	逗子海岸	小学生	各 15名	各 2,500円	
ジュニア テニス	7/31~8/2 4日間 平日 9:00~ 土・日曜日 8:00~ 2時間	第一運動公園 テニスコート	小学校3年~ 高校生	60名	2,500円	
ジュニア ヨット	9/5(土) 予備日 9/6(日) ①9:30~12:00 ②13:00~15:30	第一運動公園 プール	小学生	各 10名	各 2,500円	7/8 16:00時~ (一斉)
電太スポーツ太鼓 ジュニア	7/23~8/27 木曜日 5日間 13:30~14:15 (8/13を除く)	逗子アリーナ	小学生	13名	2,500円 ビジター 1,500円	
ジュニア レスリング	10/7~11/18 水曜日 8日間 16:30~18:00	逗子アリーナ	小学校 1~3年生	30名	2,500円	9/9 16:00~(一斉)
アーチェリー	11/8 11/15(日) 雨天決行 日曜日 2日間 9:30~12:30	第一運動公園 弓道場	小学校4年~ シニア	20名	2,000円	10/2~
弓道	11/21(土)・22(日) 2日間 土曜日 13:00~15:00 日曜日 10:00~15:00	第一運動公園 弓道場	小学校5年~ シニア	20名	2,000円	11/2~
「夏冬特訓教室」 ①②③④ 跳び箱 マット 鉄棒	①7/11(土)・7/12(日) ②8/29(土)・8/30(日) ③11/14(土)・11/15(日) ④12/19(土)・12/20(日) A9:30~10:30 B11:00~12:00	逗子アリーナ	A 年中・年長 B 小学校1~ 6年生	各 12名	各 2,000円	①②7/2~ ③④11/2~
ジュニアバドミントン (初・中級)	1/16~2/13 土曜日 5日間 9:15~10:45	逗子アリーナ	小学校5年~ 中学生	20名	4,000円	12/9 16:00~(一斉)

お問合せ (公財)逗子市体育協会(逗子アリーナ) TEL 870-1296 <http://www.zushi-taikyo.com>

日程・会場等、変更になることがあります。詳しくは広報「ずし」または事務局へお問い合わせください。
申し込みは全て先着順となります。一斉申込日以降も随時受け付けます。定員になり次第締め切ります。