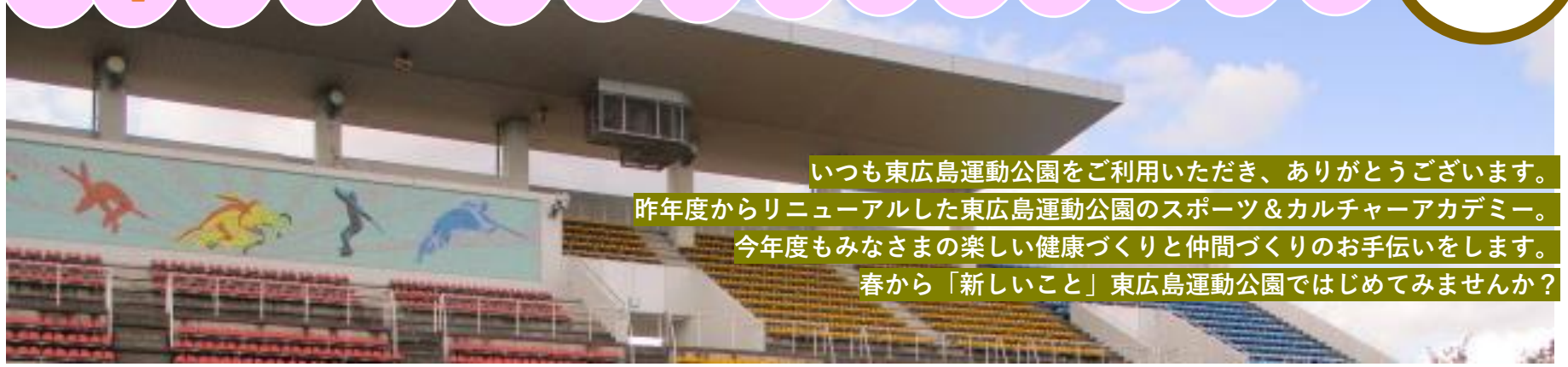


スポーツ&カルチャーアカデミー

2024年度
第1期 教室案内
保存版



いつも東広島運動公園をご利用いただき、ありがとうございます。
昨年度からリニューアルした東広島運動公園のスポーツ&カルチャーアカデミー。
今年度もみなさまの楽しい健康づくりと仲間づくりのお手伝いをします。
春から「新しいこと」東広島運動公園ではじめてみませんか？

昨年度から新しくスタートした9教室！

※裏面にも教室案内が続きます。どうぞ併せてご覧ください。
※2人目割引がある教室は、①②③でまがっても割引適用です。

曜日	時間	教室名	日程	教室内容	〇月会費の教室 ●期間会費の教室	※会費等はすべて 消費税を含みます。	教室イメージ
月	16:30 ～ 17:30	幼児～中学生 硬筆教室①	4/1・8・22 5/13・20・27 6/3・10・24	ひらがなから文字の基本を学びます。繰り返し練習しながら、集中力や文字を丁寧に書く習慣も身につけていきます。段級位の認定もあり、上達が形となって励みにもなり、継続できます。	〇入会費：4,000円 〇月会費：3,000円 〇活動場所：1階会議室 〇講師：池本 桂水先生	→兄弟割引で2人目 2,500円	
	17:45 ～ 18:45	幼児～中学生 硬筆教室②	4/1・8・22 5/13・20・27 6/3・10・24	幼児と小学生は【2B鉛筆・消しゴム】、中学生は【ボールペン】をご持参ください。	〇入会費：4,000円 〇月会費：3,000円 〇活動場所：1階会議室 〇講師：池本 桂水先生	→兄弟割引で2人目 2,500円	
	19:00 ～ 20:00	高校生～大人の方まで 硬筆教室③	4/8・22 5/13・27 6/10・24	お名前や住所など書く機会が多い文字から整えていきましょう。筆ペンを使って、のし袋などの練習もします。楽しく練習しながら、大いに生活に役立てていきましょう。ボールペン、筆ペンをご持参ください。	〇入会費：4,000円 〇月会費：3,000円 〇活動場所：1階会議室 〇講師：池本 桂水先生	→兄弟&親子割引で 2人目2,500円	
火	10:00 ～ 10:45	NEW 未就園児親子※2・3歳児 親子運動教室①	4/9・16・23・30 5/7・14・21 6/11・18・25	「知能・運動能力」が伸びはじめるとも大切な時期に親子で様々な運動体験を行います。体を動かすことの楽しさを感じながら、強い体の土台づくりと脳活性にもつながります。	〇入会費：4,000円 〇月会費：4,000円 〇活動場所：武道場 〇講師：NPO法人スポーツツクリエーション	→兄弟割引で2人目 3,000円	
	16:15 ～ 17:00	NEW 小学生親子 親子運動教室②	4/9・16・23・30 5/7・14・21 6/11・18・25	小学生の時期は動きの獲得やその質の向上に最も適した時期です。この時期に親子で多様な運動を経験し、様々な基礎的動きを身につけることで運動神経の発達につながります。	〇入会費：4,000円 〇月会費：4,000円 〇活動場所：武道場 〇講師：NPO法人スポーツツクリエーション	→兄弟割引で2人目 3,000円	
水	13:00 ～ 14:00	18歳以上 リフレッシュピラティス	4/10・17・24 5/1・8・15・22 6/12・19・26	理学療法士（リハビリの先生）が行うピラティスのレッスンです。ピラティスを知らない方も大歓迎。自分の身体と向き合いながら運動不足を解消し、リフレッシュしましょう。	●入会費：なし ●期間会費：8,800円（3ヶ月10回） ●活動場所：武道場 ●講師：川口 和泰先生		
木	10:00 ～ 11:00	18歳以上 誰でもできるローラーピラティス	4/4・18・25 5/2・9・16・23 6/13・20・27	マットとフォームラーを使用することによって適度な抵抗とサポートを手軽に体感することができます。バリエーション豊富で幅広い年齢層に実践できるノウハウです。疲れにくい身体づくりを一緒にしていきましょう。	●入会費：なし ●期間会費：8,800円（3ヶ月10回） ●活動場所：武道場 ●講師：木村 美沙子先生		
金	13:00 ～ 13:45	18歳以上 美姿勢のためのストレッチ	4/5・12・19 5/10・17・24 6/7・14・21・28	伸ばすだけのストレッチではなく、骨盤と肩甲骨を積極的に動かし、周辺の筋肉をほぐします。美しい姿勢で、見た目年齢を若くしましょう。	●入会費：なし ●期間会費：6,600円（3ヶ月10回） ●活動場所：武道場 ●講師：宮田 めぐみ先生		
	14:00 ～ 15:00	18歳以上 ZUMBA	4/5・12・19 5/10・17・24 6/7・14・21・28	世界の様々なジャンルの曲に合わせて、楽しく踊ります。ダンス技術もリズム感も不要です。仲間と笑って汗をかきましょう。	●入会費：なし ●期間会費：8,800円（3ヶ月10回） ●活動場所：武道場 ●講師：宮田 めぐみ先生		

～ 2024年3月18日（月）より新規受付開始 ～

東広島運動公園スポーツ&カルチャーアカデミーの講師をご紹介します

硬筆教室①②③ 池本 桂水先生	親子運動教室①② NPO法人スポーツツクリエーション 永松 和美先生	リフレッシュピラティス 川口 和泰先生	誰でもできるローラーピラティス 木村 美沙子先生	美姿勢のためのストレッチ・ZUMBA 宮田 めぐみ先生	健康運動教室・運動あそび教室①② NPO法人スポーツツクリエーション 伊藤 允秀先生	キッズダンス①②③・リラクゼーションヨガ 鳥打 詩帆先生	キックボクシングEX 東 竜太郎先生	アクアパーク陸上教室 池中 理治先生

- 第1期： 4・5・6月
- 第2期： 7・8・9月
- 第3期： 10・11・12月
- 第4期： 1・2・3月

東広島運動公園のスポーツ&カルチャーアカデミーは、年4回の期ごとで開講します。はじまりの季節、ぜひ習いごとをはじめませんか？4月からは「第1期」がスタートです！
1教室・1回限り無料体験 にご参加いただくことができます。

無料体験をご希望される場合は、事前にご希望の体験日をお電話にてご予約ください。

- 〇月会費の教室に月の途中で入会される場合も、1ヶ月分の会費となりますのでご了承ください。
- 期間会費の教室に途中入会する場合は、初めて入会の方に限り、入会時から回数分を会費とします。

教室の日程は変更となる場合があります。体験をご希望の方は事前にお電話にて体験日をご予約ください。

スポーツ&カルチャーアカデミー（有料）
主催：東広島スポーツパーク共同企業体
後援：東広島市教育委員会

【お問合わせ先】東広島運動公園
〒739-0036 東広島市西条町田口67-1
FAX 082-425-2408

☎082-425-2525

（受付時間 9:00～21:00まで）