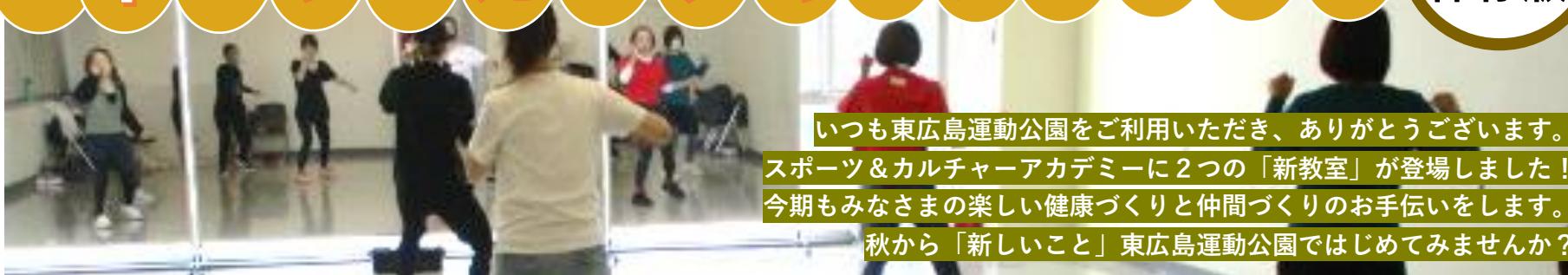


スポーツ&カルチャーアカデミー

2024年度
第3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。

スポーツ&カルチャーアカデミーに2つの「新教室」が登場しました！

今期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。

秋から「新しいこと」東広島運動公園ではじめてみませんか？

今年度から新しく2教室が仲間入りして11教室になりました！

※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でまたがっても割引適用です。

曜日	時間	教室名	日程	教室内容	○月会費の教室 ●期間会費の教室 ★1回ごとの教室	※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	10/21・28 11/11・18・25 12/2・9・16	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。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。	○入会金 : 4,000円 ○月会費 : 3,000円 →兄弟割引で2人目 2,500円 ○活動場所 : 1階会議室 ○講師 : 池本 桂水先生		
	17:45 ～ 18:45	幼児～中学生 硬筆教室②	10/21・28 11/11・18・25 12/2・9・16		○入会金 : 4,000円 ○月会費 : 3,000円 →兄弟割引で2人目 2,500円 ○活動場所 : 1階会議室 ○講師 : 池本 桂水先生		
	19:00 ～ 20:00	高校生～大人の方まで 硬筆教室③	10/21・28 11/11・18 12/2・9	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。	○入会金 : 4,000円 ○月会費 : 3,000円 →兄弟・親子・夫婦 ○活動場所 : 1階会議室 割引で2人目2,500円 ○講師 : 池本 桂水先生		
火	10:00 ～ 10:45	未就園児親子※2・3歳児 親子運動教室①	10/1・8・15・22・29 11/5・12・19・26 12/3・10・17・24	「知能・運動能力」が伸びはじめるとて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。	○入会金 : 4,000円 ○月会費 : 4,000円 →兄弟割引で2人目 3,000円 ○活動場所 : 武道場 ○講師 : NPO法人スポーツツリエーション		
	11:00 ～ 12:00	産後のママ (1カ月～4歳前のお子さんも一緒に) 産後骨盤ケア教室	10/1・15・29 11/5・19 12/3・17・31	身体の靭帯と同じ強度の特別なゴムベルトを使って、適度な負荷をかけながら効率的に全身をストレッチしていきます。産後の骨盤の歪みからくる不調を和らげていきましょう。	★事前予約制 (前日17:00まで) ★1回1,500円 (1回ごと・当日のお支払いです) ★活動場所 : 武道場 ★講師 : CiHALKU先生・堀川真紀子先生		
	16:15 ～ 17:00	小学生親子 親子運動教室②	10/1・8・15・22・29 11/5・12・19・26 12/3・10・17・24	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。	○入会金 : 4,000円 ○月会費 : 4,000円 →兄弟割引で2人目 3,000円 ○活動場所 : 武道場 ○講師 : NPO法人スポーツツリエーション		
水	10:00 ～ 12:00	18歳以上 季節のフラワーデザイン教室	10/9・23 11/13・27 12/11・25	四季折々の季節のお花を使ってクリスマスにはリースを作ったり、お正月には和花を使ったアレンジメントに取り組んだり、一緒に様々なフラワーデザインを楽しみましょう。	○入会金 : 2,000円 ○月会費 : 4,000円 ※別途お花代が1回につき 2,000～3,000円 がかかります ○活動場所 : 1階会議室 ○講師 : 石川 未央先生		
	13:00 ～ 14:00	18歳以上 リフレッシュピラティス	10/2・16・23・30 11/6・20・27 12/4・11・18	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。	●入会金 : 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	10/3・17・24・31 11/14・21・28 12/5・12・19	マットとローラーを使う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のが特徴です。疲れにくい身体づくりと一緒にいきましょう。	●入会金 : 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	10/4・11・18 11/1・8・15・29 12/6・13・20	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。	●入会金 : 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	10/4・11・18 11/1・8・15・29 12/6・13・20	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。	●入会金 : 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		

東広島運動公園NEWS



体育館大規模改修工事中のスポーツ&カルチャーアカデミーの教室の開講について

Q:改修工事はいつからいつまで？

体育館の大規模改修工事は、2025年4月から2026年3月未までを予定しています。詳細な休館期間が決まり次第、運動公園のホームページ、またはInstagramでも改めてご案内させていただきます。

Q:改修工事でどこがどうなる？

運動公園の体育館が開館したのは、今から32年前の1992年。経年とともに機械設備や床の老朽化が進んでいることから、今回の改修工事ではメインアリーナの床や空調設備、トイレなどがリニューアルされます。

Q:教室の開講はどうなる？

大規模改修工事に伴い、体育館は休館となります。教室の開講は、東広島運動公園内の屋外施設などを利用して、可能と判断した教室は開講する方向で進めています。こちらも詳細が決まり次第、運動公園のホームページまたはInstagramでご案内いたします。

～ 2024年9月17日(火)より新規受付開始 ～

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。スポーツとカルチャーの秋！10月からの「第3期」ぜひ習いごとをはじめませんか？

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。

○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 9:00～20:00まで)