

令和7年度

大田総合体育館

回覧

春のスポーツ教室

4月～7月

参加者募集

ENJOY

新しく始まる教室のご紹介

New

ダンスサイズ

カッコいいダンスの動きを、誰でも気軽に踊れるようなエクササイズに。初めての方にも、しっかり汗をかきたい方にもおすすめです。



インストラクター 神在ひろみ

プロフィール

大田市出身 / 関東を中心にミュージカルの振付や出演、声優養成所や宝塚養成所の講師を務める

【ダンスジャンル】 ジャズ、コンテンポラリー、バレエ、ロックンロール、ソウル

タップ全米ヨガアライアンス認定講師 (RYT200)

【主な振付舞台と指導】 『アナスタシア』 『ファントム』 『スカーレット・ピンパーネル』

『老後の資金がありません』 『漫才ギャング』 『Golden Songs』 『それいゆ』 ほか



こちらのコードを読み取ると、ダンスサイズの動画がご覧いただけます。

対象：一般男女

会場：剣道場

開催日時：毎週土曜日

13:30～14:30

初回 4月12日(土)

参加料：4,400円/全12回

New

リフレッシュ太極拳

対象：一般男女

会場：研修室2F

開催日時：毎月第1日曜日

10:00～11:00

初回 4月6日(日)

参加料：770円

内なる力を引き出し、心身をリフレッシュ！

気功や太極拳などの動きで、体軸を整え動きがスムーズに

インストラクター 山上覚司



プロフィール

中華人民共和国武漢体育学院民族伝統体育専門四年制本科卒 / カンフー・太極拳教室

健康体操リフレッシュ教室にて長年指導

【資格】 中国武術套路一級運動員・中国武術長拳一級裁判員・中国職業資格按摩師中級技能

マシントレーニングでフレイル予防

使えていない筋肉を軽い重さでゆっくりとトレーニングしてやりたいことができる身体を維持しましょう。

対象：一般男女

会場：トレーニングルーム

開催日時：毎週木曜日

10:15～11:30

初回 4月17日(木)

参加料：4,400円/全12回

体育館指導員 山崎朋子

ゆるムーブ

音や音楽・色を使った音楽健康体操です。得意、不得意は関係ありません。一緒に動いて楽しい時間を過ごしましょう。

対象：一般男女

会場：研修室2F

開催日時：毎週木曜日

13:30～14:15

初回 4月17日(木)

参加料：4,400円/全12回

インストラクター 山崎朋子

募集期間

1次募集期間

令和7年3月10日(月)

～3月24日(月)まで

申し込み方法

以下いずれかの方法でお申し込みください。

○窓口・・・体育館備え付けの申込用紙に必要事項

○メール・・・二次元コードを読み取り必要事項を記入

①参加希望教室名

④電話番号

②氏名

③年齢

参加の申し込みはこちらから！

so-taiiku@ginzan-tv.ne.jp

大田総合体育館メールアドレス



抽選について

- 定員を超えた場合は抽選になります(抽選の結果は、メール・電話でお知らせしますので、下記の期間内に手続きをお願いします)
- 定員に満たない教室については4月2日(水)から2次募集とし、随時募集を行います。

令和7年4月2日(水)～4月10日(木)

○上記の期間に必ず納付をお願いします。

なお、月1回開催のZUMBA・しなやかになる簡単・ピラティス美upトレーニング・キッズダンス・リフレッシュ太極拳は教室受講時に参加料の納付

○申し込み手続き終了後の参加料について、個人都合によるキャンセルは返金は致しませんのでご了承ください。

○お申込時にいただいた個人情報は、本教室実施に必要な事務のために使用し、他の目的で使用することはありません。

参加料の納付および手続きについて