

ミズノ大人のバレーボール教室		主催 スポーツでつなぐ まちだパートナーズ
<p>春高バレー経験者がボールの打ち方やレシーブの仕方など基礎から指導します！！初心者の方もバレーボールを楽しく始められます。ボールを扱う楽しさやできることが増えていく楽しさを感じましょう！中学生以上なら参加可能です！！初心者大歓迎！</p>		
日時	1月6日、13日、20日、27日、2月24日、 3月3日、10日、17日、31日 いずれも木曜日 19:20～20:50	
会場	町田市立総合体育館 メインアリーナ (町田市南成瀬5-12)	
対象	中学生以上の方	
定員	各20名(申込順)	
費用	各1,500円	
申込	対象日1週間前から電話で町田市立総合体育館(042-850-9707)へ。	
問合せ	042-850-9707(町田市立総合体育館)	
		大人のバレーボール教室の様子

親子スポーツ教室		主催 町田市指定管理者 スポーツ緑ヶ丘 共同事業体
<p>親子で楽しく広々としたグラウンドで身体を動かしましょう♪楽しいメニュー盛り沢山！！スポーツ緑ヶ丘共同事業体である町田JFCのサッカーコーチが指導致します。皆様のご参加をお待ちしております！</p>		
日時	1月15日、2月12日、3月12日 いずれも土曜日 10:00～12:00 (雨天の場合は中止)	
会場	町田市緑ヶ丘グラウンド (町田市本町田2380-6)	
対象	2015年4月2日～2018年4月1日生まれのお子さんとその保護者	
定員	各15組(申込順)	
費用	各500円(1家庭)	
申込	電話またはメールで、右記の申込必要事項をスポーツ緑ヶ丘(042-792-7071)へ。 ※申込みフォームをご案内いたします。	
問合せ	042-792-7071 メール gion-midorigaoka@kk-gion.co.jp URL <a href="http://www.sports-midorigaoka.com">http://www.sports-midorigaoka.com</a> (スポーツ緑ヶ丘)	
		親子スポーツ教室の様子

## ソサイチ・フットサル教室

主催

町田市指定管理者  
スポーツ緑ヶ丘  
共同事業体

サッカー、フットサル未経験の方も♪解放感あるグラウンドで一緒にボールを蹴りましょう！！スポーツ緑ヶ丘共同事業体である町田JFCのサッカーコーチが指導致します。皆様のご参加をお待ちしております！

日時 1月15日、2月12日、3月12日  
いずれも土曜日 13:00～17:00  
(内2時間)(雨天の場合は中止)

【申込必要事項】

- ①教室名
- ②参加者氏名
- ③連絡先(電話番号/メールアドレス)

会場 町田市緑ヶ丘グラウンド  
(町田市本町田2380-6)

対象 30歳以上の方

定員 各20名(申込順)

費用 各1,000円

申込 電話またはメールで、右記の申込必要事項をスポーツ緑ヶ丘(042-792-7071)へ。  
※申込みフォームをご案内いたします。



ソサイチ・フットサル教室の様子

問合せ 042-792-7071  
メール gion-midorigaoka@kk-gion.co.jp  
URL <http://www.sports-midorigaoka.com>  
(スポーツ緑ヶ丘)

## 成瀬クリーンセンターテニスコート ノルディックウォーキング教室

主催

スポーツつなぐ  
まちだパートナーズ

ノルディックウォーキングは、気軽に誰でもできる運動です。5分～10分の運動でエクササイズ効果があります。ノルディックポールを使用するウォーキングは、効果的な“有酸素運動”として、下半身だけでなく腕、上半身の筋肉などの全身を使うエクササイズです。ポールを正しく使って効果的にウォーキングをしましょう！

日時 3月22日(火) 10:00～11:30  
※雨天中止。中止の場合はホームページにて、前日の17:00までに掲載いたします。

会場 成瀬クリーンセンターテニスコート  
(町田市南成瀬8-1-1)

対象 18歳以上の方

定員 12名(申込順)

費用 500円

申込 2月22日(火)から電話で、成瀬クリーンセンターテニスコート(042-727-6240)へ。



ノルディックウォーキング教室の様子

問合せ 042-727-1350  
(成瀬クリーンセンターテニスコート)

三輪みどり山球場 スポーツデー		主催 スポーツつなぐ まちだパートナーズ
三輪みどり山球場にて青空ヨガ・走り方教室などの運動教室イベントを開催します。お弁当やお菓子のキッチンカー(10:00～13:00)も出店予定です		
日時	3月27日(日) 10:00～14:00 ※雨天中止。中止の場合はホームページにて、当日の9:00までに掲載いたします。	
会場	三輪みどり山球場 (町田市三輪緑山1-24-1)	
対象	年中～大人 ※詳細はホームページをご確認ください。	
定員	30名(申込順)	
費用	500円	
申込	2月27日(日)から電話で町田市立総合体育館(042-850-9707)へ。	
問合せ	042-850-9707(町田市立総合体育館)	
		三輪みどり山球場イベントの様子

キッズサッカー教室		主催 町田市指定管理者 スポーツ緑ヶ丘 共同事業体
スポーツ緑ヶ丘共同事業体である町田JFCのサッカーコーチが、ボールを蹴ることの楽しさ、自然と身につくサッカー指導を致します。体験もできますのでお気軽にお問い合わせ下さい。皆様のご参加をお待ちしております！		
日時	毎週水曜日 15:00～16:00 (雨天の場合は中止)	<b>【申込必要事項】</b> ①教室名 ②参加者氏名 ③連絡先(電話番号/メールアドレス)
会場	町田市緑ヶ丘グラウンド (町田市本町田2380-6)	
対象	2015年4月2日～2017年4月1日生まれのお子さん	
定員	20名(申込順)	
費用	月額2,000円	
申込	電話またはメールで、右記の申込必要事項をスポーツ緑ヶ丘(042-792-7071)へ。 ※申込みフォームをご案内いたします。	
問合せ	042-792-7071 メール gion-midorigaoka@kk-gion.co.jp URL <a href="http://www.sports-midorigaoka.com">http://www.sports-midorigaoka.com</a> (スポーツ緑ヶ丘)	
		
		キッズサッカー教室の様子

## 町田市立室内プール 運動プログラム

町田市立室内プールは、リサイクル文化センターのゴミ焼却余熱を利用し、プール水温や室温を年間を通して快適な温度に保っています。公認50mプールをはじめ、25mプール、幼児プール、トレーニング室を完備しており、様々な運動プログラムもご用意しております！

### お問い合わせ

町田市立室内プール 〒194-0203 町田市図師町199-1 TEL:042-792-7761

ホームページ:<http://machidapool.kbm.cc> 指定管理者:株式会社協栄・東京体育機器株式会社共同事業体

開館時間	9時～21時 (※新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、変更となる可能性有。詳しくはお問合せください。)
プール休憩	12時、15時、18時より10分間
休館日	第1・3月曜日(祝日の場合は翌日が休館となります) 年末年始(12/29～1/3)

2021年4月1日から利用料金を改定しました！		
利用料金 (改定後)	1回利用券	回数券 (11枚つづり)
大人	460円	4600円
65歳以上	150円	1500円
障がい者	150円	1500円
小・中学生	無料	

プログラム	日程	対象	定員	費用	申込
無料お試しエアロ	月曜日 10:30～11:00 (休館日、その他除外日あり、要問合せ)	16歳以上の方	20名 (当日申込順)	無料(別途利用券が必要)	①
無料 ワンポイントレッスン	月曜日 11:10～12:00 (休館日、その他除外日あり、要問合せ)	16歳以上の方	20名 (当日申込順)	無料(別途利用券が必要)	①
水中エアロ	毎週火曜日・金曜日 10:10～11:00 毎週水曜日 11:10～12:00 (休館日、その他除外日あり、要問合せ)	16歳以上の方	各20名 (当日申込順)	各800円	②
成人水泳教室 ①クロールクラス ②背泳ぎクラス ③平泳ぎクラス (①～③ともに 25m完泳が目標)	①毎週火曜日 ②毎週水曜日 ③毎週金曜日 13:10～14:00 (休館日、その他除外日あり、要問合せ)	16歳以上の方	各20名 (当日申込順)	各600円	②
肩膝腰痛改善運動教室	毎週木曜日 13:00～13:50 (休館日、その他除外日あり、要問合せ)	16歳以上の方	20名 (当日申込順)	600円	②
ヨガ	毎週火曜日 10:00～11:00 (休館日、その他除外日あり、要問合せ)	16歳以上の方	15名 (当日申込順)	800円	②
ポールエクササイズ	第2、第4水曜日 10:00～11:00 (別週に変更となる場合あり、要問合せ)	16歳以上の方	15名 (当日申込順)	600円	②
週末ヨガ	第1日曜日 10:00～11:00 (別週に変更となる場合あり、要問合せ)	16歳以上の方	15名 (当日申込順)	800円	②

### 申込方法

- ①当日、室内プール25mプールまでお越しください。
- ②当日、2階インフォメーションカウンターにてお申し込みください。

※電話での事前申込や予約は出来ません。

