

女声コーラスサークル体験

丁寧な指導のもと、懐かしい名曲を楽しく歌いましょう。

6月25日～7月9日
毎週木曜日 全3回
15:30～17:00

場所：中央本町センター2階 レクホール

対象：16歳以上の女性

定員：20名

料金：無料

窓 tel net

講師：アンサンブルジェニー（中央本町センター登録団体）

サースデー・ダンシング！ ～HIP HOP レッスン～

ヒップホップダンスの入門。楽しく踊れるダンスチームをつくりましょう。

7月2日～9月24日 毎週木曜日
（8月13日除く）全12回
16:10～17:00

場所：中央本町センター2階 第1学習室

対象：5歳～小学生 定員：20名

料金：各6,360円

窓 tel net

講師：MANA

平田農園で農業体験をしよう！ 「じゃがいもの収穫」

野菜作りの基礎知識を学習しながら、旬の野菜を収穫します。

7月5日 日曜日
10:00～12:00

場所：平田農園

対象：4歳～小学生の子どもと保護者

定員：30組 料金：500円

講師：平田利夫

窓 tel

石鹸カービングサークル体験

初心者でも安心して参加できます。

7月8日、7月22日 各水曜日
13:30～15:30

場所：中央本町センター2階 第2学習室

対象：16歳以上

定員：8名 料金：500円

窓 tel net

講師：フラワーソープ（中央本町センター登録団体）

足立消防署で親子消防官体験

消防服の着用や消防車の乗車など、消防のお仕事を体験します。

6月28日 日曜日
10:00～11:00

場所：足立消防署

対象：3歳～小学生の子どもと保護者

定員：15組 ※保護者1名につき子ども2名まで

料金：無料

窓 tel

講師：足立消防署員

フライデー・ダンシング！ ～HIP HOP レッスン～ A・B

楽しく踊れるダンスチームをつくりましょう。

7月3日～9月25日 毎週金曜日
（8月14日除く）全12回
A) 16:00～17:00
B) 17:00～18:00

場所：中央本町センター2階 レクホール

対象：小学生 定員：各30名

料金：6,360円 講師：MANA

窓 tel net

普通救命講習会 「救命技能認定証を取得」

人工呼吸、心臓マッサージ、AEDの使用法を学びます。

7月5日 日曜日
9:00～12:00

場所：中央本町センター2階 レクホール

対象：16歳以上

定員：20名 料金：1,400円

講師：足立消防署員

窓 tel net

皆様のご参加、
こちらよりお待ち
しております。



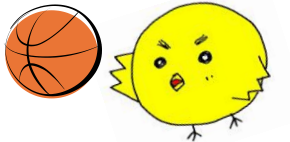
日頃より、体育館、トレーニングルームをご利用いただきありがとうございます。

平成27年度「体育館個人利用種目」と「トレーニングルーム指導員予定」のご案内です。

また次回のご利用お待ちしております。



体育館個人利用種目



区分	時間	月	火	水	木	金	第1土	第3土 (無料)	第2日	他 土・日 祝
午前	9:00 ～ 12:00	団体	団体	団体	団体	団体	団体	バスケット ボール	バスケット ボール	団体
午後Ⅰ	12:30 ～ 15:00	団体	団体	(広場) ファミリー テニス	団体	団体	団体	バウンド テニス パドル テニス	卓球 バドミ トン	団体
午後Ⅱ	15:30 ～ 18:00	団体	団体	バスケット ボール	団体	団体	卓球 バドミ トン	卓球 バドミ トン	バドミ トン	団体
夜間	18:30 ～ 21:00	団体	団体	ビーチボール パレー (広場) ※バウンド	団体	団体	ビーチボール パレー バスケット ボール	バドミ トン	卓球 バドミ トン バスケット ボール ビーチボ ールパレー	団体

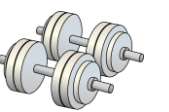
・第2日曜日 夜間については、先着順で利用種目が決まります。

・第5水曜日などスポーツ広場がお休みの日は、バウンドテニスの個人利用になります。

《個人利用料金》 大人（高校生から）300円 小人（中学生まで）100円
※70歳以上の方と障がいのある方は使用料が免除になります。
年齢を証明するもの・各手帳などをお持ちください。



トレーニングルーム指導員表



	月	火	水	木	金	土	日
10時～12時		登録			指導員付		指導員付 第2・4
14時～16時		指導員付	指導員付		登録 第2・4		登録 第1・3
19時～21時	登録 第1・3・5		登録		指導員付		

・登録については、事前に予約が必要です。お電話ください。

・祝日にあたる日は「登録・指導員付」はございません。

・指導員付の日は登録できません。

・登録と指導員付を同時に行うことはできません。

申込方法 窓 窓口 tel 電話 ハ 往復はがき net インターネット

4 受付時間：9:00～20:00 Tel: 03(3852)1431

5月26日募集開始