

プール

【子どもクラス】葛飾区奥戸総合スポーツセンター温水プール館・エイトホール 2023年度 第4期スポーツコース（1月～3月）

曜日	No.	クラス名	担当	対象	時間	日程			定員	回数	参加費 (税込)	体験料 (税込)	場所	ゴール	内容		
月	87	幼児スイミング	プールインストラクター	4歳～未就学児	16:00～17:00	1月	15、22、29	2月	5	3月	4、11、18、25	24名	8	¥9,680	¥1,310	プール	● 「プールが好きになる」を目指し、お子様のレベルに合わせたレッスンをを行います。
	89	小学生スイミング	プールインストラクター	小学生	17:30～18:30	1月	15、22、29	2月	5	3月	4、11、18、25	48名	8	¥9,680	¥1,310	プール	● 初心者から楽しめる4泳法習得レッスンです。水に慣れるところから丁寧に指導します。
火	90	幼児スイミング	プールインストラクター	4歳～未就学児	15:00～16:00	1月	23、30	2月	6、13、27	3月	5、12、19	24名	8	¥9,680	¥1,310	プール	● 「プールが好きになる」を目指し、お子様のレベルに合わせたレッスンをを行います。
土	103	小学生スイミング±A	プールインストラクター	小学生	16:00～17:00	1月	13、20、27	2月	10、17	3月	9、16、23	48名	8	¥9,680	¥1,310	プール	● 初心者から楽しめる4泳法習得レッスンです。水に慣れるところから丁寧に指導します。
	104	小学生スイミング±B	プールインストラクター		17:30～18:30	1月	13、20、27	2月	10、17	3月	9、16、23	48名	8	¥9,680	¥1,310	プール	● 初心者から楽しめる4泳法習得レッスンです。水に慣れるところから丁寧に指導します。

スタジオ

【親子・子どもクラス】葛飾奥戸総合スポーツセンター温水プール館・エイトホール 2023年度 第4期スポーツコース（1月～3月）

曜日	No.	クラス名	担当	対象	時間	日程			定員	回数	参加費 (税込)	体験料 (税込)	場所	靴	内容			
月	86	幼児トランポリン	つばさの会	4歳～未就学児	15:45～16:30	1月	15、22、29	2月	5、19、26	3月	4、11、18	16名	9	¥13,860	¥1,640	エイトホール	靴下	全身運動で、運動に必要な平衡感覚・筋感覚・空中認知感覚などを総合的に身につけます。
	88	小学生トランポリン	つばさの会	小学生	16:45～17:30	1月	15、22、29	2月	5、19、26	3月	4、11、18	16名	9	¥13,860	¥1,640	エイトホール	靴下	全身運動で、運動に必要な平衡感覚・筋感覚・空中認知感覚などを総合的に身につけます。
火	91	キッズK-POPダンス	MACHAMI	3歳～未就学児	16:00～17:00	1月	16、23、30	2月	6、13、20、27	3月	5、12、19	15名	10	¥11,000	¥1,200	第1会議室	●	流行りのK-POPに合わせて楽しく踊ります。初めての方も楽しく参加できます。
	92	ジュニアK-POPダンス	MACHAMI	小学生	17:15～18:15	1月	16、23、30	2月	6、13、20、27	3月	5、12、19	15名	10	¥11,000	¥1,200	第1会議室	●	流行りのK-POPに合わせて楽しく踊ります。初めての方も楽しく参加できます。
水	93	親子トランポリン	つばさの会	2歳～未就学児	15:30～16:15	1月	10、24、31	2月	7、14、28	3月	6、13	8組	8	¥12,320	¥1,640	エイトホール	靴下	全身運動で、運動に必要な平衡感覚・筋感覚・空中認知感覚などを総合的に身につけます。
	94	幼児トランポリン	つばさの会	4歳～未就学児	16:30～17:15	1月	10、24、31	2月	7、14、28	3月	6、13	16名	8	¥12,320	¥1,640	エイトホール	靴下	全身運動で、運動に必要な平衡感覚・筋感覚・空中認知感覚などを総合的に身につけます。
	95	小学生トランポリン	つばさの会	小学生	17:30～18:15	1月	10、24、31	2月	7、14、28	3月	6、13	16名	8	¥12,320	¥1,640	エイトホール	靴下	全身運動で、運動に必要な平衡感覚・筋感覚・空中認知感覚などを総合的に身につけます。
木	96	幼児バルシューレ	浅野	4歳～未就学児	15:30～16:30	1月	18、25	2月	1、8、15、22	3月	7、14	20名	8	¥8,800	¥1,200	エイトホール	●	ボール遊びを通じて、運動能力を広く身につけます。
	97	小学生バルシューレ	浅野	小学生	16:45～17:45	1月	18、25	2月	1、8、15、22	3月	7、14	20名	8	¥8,800	¥1,200	エイトホール	●	ボール遊びを通じて、運動能力を広く身につけます。
金	98	初めてのジュニアHIP HOP 基礎	佐々木	小学生	16:30～17:30	1月	12、19、26	2月	2、9、16	3月	1、8、15、22	15名	10	¥11,000	¥1,200	第1会議室	●	流行りの振り付けでカッコよく踊ります。基礎から始めるので、初心者からでも楽しめます。
	99	ジュニアHIP HOP 初中級	佐々木	小学生	17:45～18:45	1月	12、19、26	2月	2、9、16	3月	1、8、15、22	15名	10	¥11,000	¥1,200	第1会議室	●	流行りの振り付けでカッコよく踊ります。バランス感覚やリズム感を覚えます。※要送迎
土	100	にこにこ親子体操	相澤	3歳～未就学児 +保護者	9:00～10:00	1月	13、20、27	2月	3、10、17、24	3月	2、9、16	8組	10	¥11,000	¥1,200	第2スタジオ	×	親子で体操やバランスなどの運動を行います。
	101	フィット&ダンスA	相澤	3歳～未就学児	10:15～11:15	1月	13、20、27	2月	3、10、17、24	3月	2、9、16	10名	10	¥11,000	¥1,200	第2スタジオ	×	ダンスなど様々なエクササイズを行います。
	102	フィット&ダンスB	相澤		11:30～12:30	1月	13、20、27	2月	3、10、17、24	3月	2、9、16	10名	10	¥11,000	¥1,200	第2スタジオ	×	ダンスなど様々なエクササイズを行います。

【スポーツコースにおける注意事項】

※講師の都合及び天災などにより、休講または日程の振替を行う場合がございます。  
 また、社会情勢等により営業内容の変更や臨時休館させていただく場合がございます。  
 ※クラス観覧の際、写真及び動画撮影は禁止させていただきます。  
 ※申込方法等、不明な点は各館窓口にてご案内いたします。



▲申込方法などは  
こちらから

葛飾区奥戸総合スポーツセンター  
温水プール館・エイトホール

TEL 03-3695-9911

営業時間 9:00～21:00（窓口受付時間 20:00迄）

休館日 毎月第3水曜日