



無料体験教室のお知らせ

◇◆ お申し込みは参加希望日の1週間前から
受付窓口 または **お電話** での先着順です! ◆◇

シニア教室

●○●シニア健康体操○●○

『運動初心者、運動習慣がない方が安心して参加できる入門クラス』

日程：金曜日

① 9:50~10:50 ② 11:00~12:00

(4/15・22 5/6・20 6/3・17)

対象：65歳以上

定員：15名

開催場所：スタジオ

持ち物：運動できる服装、汗拭きタオル、飲み物（ふた付き）、室内シューズ



親子教室

●○●親子でバレエ○●○

『親子で身体を使って、コミュニケーションを楽しもう!』

日程：火曜日 10:00~11:00

(4/5・12・26 5/10・24 6/7・21)

対象：2~3歳児 (★2018年4月2日~2020年4月1日)

定員：7組

開催場所：スタジオ

持ち物：運動できる服装、汗拭きタオル、

飲み物（ふた付き）、室内シューズ

○●○親子フラ●○●

『ウクレレ生演奏の中、親子でフラを楽しみませんか。』

日程：土曜日 9:45~10:30

(4/16・23 5/14・21 6/11・25)

対象：新年中~新小学3年生

定員：7組

開催場所：スタジオ

持ち物：運動できる服装、汗拭きタオル、飲み物（ふた付き）

幸スポーツセンター
HP・公式SNSは
こちらから!



○器械体操○

『体操が初めてでも大丈夫。基礎から始める
マット運動、鉄棒教室』

日程：木曜日

①16:00～16:50 ②17:05～18:05
(4/14・21 5/12・26 6/9・23)

対象：①幼児（新年中～新年長）

②低学年（新1年生～新3年生）

定員：7名

開催場所：第1・第2研修室

持ち物：運動できる服装、汗拭きタオル、
飲み物（ふた付き）、室内シューズ

○キッズバランスボール●

『姿勢を整え、お子様の発達のサポートをします。』

日程：金曜日 16:30～17:30

(4/15・22 5/13・20 6/10・17)

対象：幼児（新年少～新年長）

定員：10名

開催場所：スタジオ

持ち物：運動できる服装、汗拭きタオル、
飲み物（ふた付き）、室内シューズ

○バランスボールエクササイズ●

『バランスボールに座って、音楽に合わせて弾みながら
有酸素運動をするクラス』

日程：木曜日 9:30～10:30

(4/7・28 5/12・26 6/9・23)

対象：16歳以上

定員：10名

開催場所：スタジオ

持ち物：運動できる服装、汗拭きタオル、
飲み物（ふた付き）、室内シューズ

〈教室に関するお問い合わせ先〉

〒212-0023

川崎市幸区戸手本町1-1 1-3

幸スポーツセンター定期教室係

☎044-555-3011