

日産スタジアム(新横浜公園) 平成29年 前期(5月~7月)

スポーツ教室 参加者募集



申込
締切

4/21 金 [必着]

講師陣が自慢のスポーツ教室!!
笑顔がいっぱい! 楽しさいっぱい!

<申込みから参加までの流れ>

① 申込締切

4月21日(金) [必着]

② 抽選(定員を超えた教室)

4月24日(月)

③ 抽選結果発送

4月26日(水)

【参加注意事項】

- 健康に不安のある方は事前に医師の診断・相談をお勧めします。特に呼吸器・循環器系の疾患がある方は、専門医の診断を受けた上でお申込ください。
- 参加手続き後の返金は原則としてできません。ご了承ください。
- 応募者が定員を超えた教室は抽選になります。
- 安全管理・事故防止のため、受講しない方の入室、また代理人の参加はできません。
- 教室の詳細(内容・対象など)をご確認の上、お申込ください。
- ★ 次の場合は申込無効となりますのでご注意ください。
- 必着期限をすぎてハガキが到着した場合
- 1枚のハガキに複数の教室名を記入した場合
→例: 1枚のハガキで「骨盤調整ヨガ」と「ピラティス」に応募する。
- 1教室に複数枚で応募した場合→例: 「ピラティス」にハガキを2枚送る。
- 記載事項に不備や偽りのあった場合

【申込方法】インターネットまたは、ハガキにてお申込みください。

- ★インターネットを利用する場合は→www.nissan-stadium.jp/enterprise/school.php/
- ★ハガキを利用する場合は→①参加教室名 ②参加者名(ふりがな) ③性別 ④生年月日(年齢・学年) ⑤住所(郵便番号) ⑥電話番号

【テニススクール申込】は横浜市テニス協会ホームページより「新横浜公園テニススクール申込書」にご記入の上、メールまたは FAX または郵送にてお送りください。

メール: fwpa8936@mb.infoweb.ne.jp FAX: 045-663-0558
 郵送: 〒231-0028 横浜市中区翁町 1-5-5 関内スクエアビル 306号



日産スタジアムは、健康的でクリエイティブな生活を応援します。

日産スタジアム(新横浜公園)

TEL:045-477-5008 FAX:045-477-5002

〒222-0036 横浜市港北区小机町3300 指定管理者代表団体:公益財団法人 横浜市体育協会

<http://www.nissan-stadium.jp/>

月曜日開催教室:全10回

開催日:5/8、15、22、29 6/5、12、19、26 7/3、10
開催場所:スタジアム内諸室・室内走路



骨盤調整ヨガ ① 10時~11時 ② 30名/16歳以上 ③ ¥6,500

身体が土台になっていると言われる骨盤周りをしっかり調整していくヨガレッスンです。骨盤まわりの筋肉、骨格を整え内臓を正しい位置に戻すことにより、内臓の働きも良くなり、腰痛や肩こりなど体の不調がある方にもおすすめです。

ピラティス ① 11時15分~12時15分 ② 30名/16歳以上 ③ ¥6,500

普段は意識しにくい、骨や内臓に近いところの筋肉(インナーマッスル)を使います。身体の体幹(コア)を呼吸に合わせて鍛えることによりバランスがよくなり姿勢やスタイルの改善にもなります。



フラダンス ① 12時30分~13時30分 ② 30名/16歳以上 ③ ¥8,000

身体に優しい動きでハワイの風、波、花を表現してみませんか?フラは幅広い年齢層で楽しむことのできる踊りです。気持ちの良い音楽を聞きながら、心も身体もリフレッシュしましょう!横浜を中心に活動するナーブアリアフラスタジオの講師が丁寧に指導いたします。踊りが初めての方も是非ご参加ください。



シニア体力測定・最適運動 ① 14時30分~15時30分 ② 30名/60歳以上 ③ ¥15,000

生活習慣病予防、介護予防のためには、個人の体力や体調をチェックした上で、自分に合った運動をするのが一番です。このクラスでは、ひとりひとりの筋力やバランス能力を評価し、そこからグループに分かれ、最適なエクササイズを行っていきます。

ジュニア・運動能力・体力アップ①(GAPS) ① 16時30分~17時30分 ② 45名/小学1~4年生 ③ ¥10,000

ジュニア・運動能力・体力アップ②(GAPS) ① 17時45分~18時45分 ② 45名/小学3~6年生 ③ ¥10,000

ジュニア期にもっとも発達する「神経系」と呼ばれる運動能力。その能力を最大限開発するためにワイズ・アスリート・サポートが生み出したのが通称「GAPS(ゴールデンエイジ・フィジカルスクール)」です。サッカー専門誌でも連載、書籍化された、正しいフォーム、正しい動きを身につけ、スピードや敏捷性、バランス能力をアップします。サッカーや野球などの競技種目のパフォーマンスアップはもちろん、ケガをしにくい健全で丈夫な身体作りをサポートします。また、初回と最終回に「フィールドテスト」と呼ばれる体力テストを行い、効果測定を行います。



横浜F・マリノス トリコロールマーメイズ ジュニアチアダンス①

① 16時30分~17時20分 ② 15名/幼児(5~6歳) ③ ¥15,000

チアの楽しさ、身体を動かす楽しさを感じてもらうためのクラスです。チアの基礎であるアームモーションを数種類と基本的なステップを練習、それらを組み込んだオリジナルダンスが楽しく元気に踊れるようになります。ダンスだけでなく、ご挨拶ができること、お友達と仲良く思いやりを持って練習できることといったチアスピリットを身につけることも目標としています。 ※別途、Tシャツ代とポンポン代がかかります。(希望者)



7/16市内施設で発表会を開催する予定です。

※参加希望者は施設利用料など参加費、Tシャツ購入費として別途2,160円が別途必要です。



横浜F・マリノス トリコロールマーメイズ ジュニアチアダンス②

① 17時35分~18時35分 ② 15名/小学生(1~6年生) ③ ¥15,000

チアの初級のアームモーション、ジャンプ、キック、ステップの基礎レッスンとダンスルーティーンの振り付けの両方を行います。チアリーダーらしくきびきびとしたレッスンを通じて、「身体を使って表現することって楽しいな。」「毎回一生懸命がんばれた。」という満足感や達成感を味わってほしいと思います。 ※別途、Tシャツ代とポンポン代がかかります。(希望者)

水曜日開催教室:全10回

開催日:5/10、17、24、31 6/7、14、21、28 7/5、12(予備日7/19、26 8/2)
開催場所:新横浜公園スケボー広場 ※小雨決行、荒天時(施設の状況により)は中止とし、予備日に延期いたします。

スケボースクール① ① 16時~17時 ② 15名/4歳から小学生まで ③ ¥20,000

スケボースクール② ① 17時15分~18時15分 ② 15名/4歳から小学生まで ③ ¥20,000

スケートボードに全く乗ったことがない方からパークのアイテムで楽しく遊ぶことができる方までが対象です。プッシュやチックタックなどスケートボードの基本の乗り方、扱い方などを楽しみながら覚えます。ドロップやパンピングなど、パークライディングに必要な要素を学びながら、パークで遊ぶ際のルールや注意事項なども覚えていきます。

※1回目に参加者のレベル考慮をグループ分け及びクラスを決めていきます。

※スケートボードに全く乗ったことがない方は、①のみ申込みが可能です。

※技術向上ではなく、楽しく滑ることを目的にしたスクールです。



水曜日・金曜日開催教室:8回分

開催場所:新横浜公園テニスコート(ハードコート2面)

テニススクール ① 9時20分~10時50分、11時10分~12時40分 ※雨天時は中止します。

② 初級・中級(初心者も大歓迎) 8名/16歳以上 ③ ¥14,400

初心者から中級までのテニススクールです。横浜市テニス協会公認コーチが丁寧に指導いたします。

お問合せは、横浜市テニス協会 TEL: 045-663-0557 (月曜/10:00-16:00、水・金曜日/8:30-16:00)までお願いします。※期の途中でも入会可。



【個人情報の取扱いについて】

- 1 事業者の名称…公益財団法人横浜市体育協会、管理JV共同事業者
- 2 個人情報の利用目的…ご提供いただいた個人情報は、教室参加者名簿作成、参加者年齢の確認、緊急時の連絡、保険の加入申請、その他安全な教室運営のために利用します。また、当共同事業者が開催するイベント等のご案内に送付する場合があります。
- 3 個人情報の第三者提供について…ご提供いただいた個人情報を、第三者へ提供することはありません。
- 4 個人情報の共同利用について…ご提供いただいた個人情報の取扱いについては、当共同事業者の間で利用目的の範囲内で共同利用します。
- 5 個人情報の取り扱いの委託について…ご提供いただいた個人情報は、教室指導を行っている事業者、保険加入申請代理店に委託する場合があります。

- 6 個人情報の開示等及び問合せについて…当共同事業者が保有する個人情報の利用目的の通知・開示・内容の訂正・追加または削除・利用の停止・消去および第三者への提供の停止に応じる窓口は、8の問合せ先と同じです。
- 7 個人情報を提供いただけない場合の取扱い…必要事項をご記入いただけない場合、ご参加をお断りする場合があります。
- 8 当共同事業者の個人情報取扱いに関する苦情、相談等の問合せ先

■個人情報保護管理責任者 公益財団法人横浜市体育協会事務局長
■問合せ窓口 総務部総務課 電話 045-640-0011 FAX045-640-0021

① 開催時間 ② 定員/対象 ③ 参加料