



## 元気ワイワイ南河内 体幹トレーニング教室参加者募集

すべての運動は正しいフォームで行わないと上達しません。特に、身体の軸を知ることが大切です。

■日時(全3回・土曜日)

5月11日・18日・25日

午後1時～2時30分

■場所 南河内体育センター

■対象者 小・義務教育学校4年生以上～一般

■参加費

100円(保険料込・当日徴収)

■申込方法 窓口

■申込期間 4月8日(月)～

■申し込み・問い合わせ先

元気ワイワイ南河内  
(南河内体育センター内)

☎(48)5401 ☎(48)5385

(平日の午前9時～午後5時)

## グリムの里スポーツクラブ 参加者募集

キッズチャレンジ前期

■日時(全5回・第2土曜日)

5月11日～9月14日

午前10時～11時30分

■場所

スポーツ交流館大会議室

■対象者 市在住の小学生

■定員 先着20名

■参加費 会員1,000円

会員外2,000円(保険料込)

■持ち物 飲み物、タオル

■申込期間

4月8日(月) 午前9時～

ソフトテニス教室前期

■日時(全8回・土曜日)

5月11日～6月29日

午後0時15分～1時45分

■場所 大松山運動公園テニスコート

■対象者 市在住の方

■定員 先着20名

■申し込み・問い合わせ先

グリムの里スポーツクラブ  
(スポーツ交流館内)

☎(52)1182

(月・水・金曜日の午前9時～午後5時)



## 夢くらぶ国分寺 ボルダリング教室参加者募集

前期参加者を募集します。ルートを更新しましたので、いろいろな難易度に挑戦してボルダリングを楽しみましょう。

■日程(全5回・水曜日)

1stシリーズ

5月8日～6月5日

2ndシリーズ

6月12日～7月10日

※両シリーズへ申し込むことはできません。

■時間

ジュニア教室 午後7時～8時

一般者教室

午後8時10分～9時10分

■場所 ボルダリング施設(旧国分寺西小学校体育館内)

■定員

ジュニア(小学生) 各15名

一般者(中学生以上) 各15名

■参加費 (5回分)

中学生以下 会員1,500円

会員外2,500円

高校生以上 2,000円

※中学生以下の会員外は保険料込み。高校生以上の保険加入は任意。

■服装・持ち物

動きやすい服、ボルダリングシューズ(学校の上履き可)、飲み物、着替え、タオル

■講師

クラブ公認ボルダリング指導者

■申込方法

国分寺B&G海洋センターに設置の申込書に参加費を添えて提出

■申込期間

4月16日(火) 午前9時～

※定員に満たない場合は、事務局在席日に継続して受付。

利用許可証取得講習会

ボルダリング施設を利用するには利用許可証が必要です。利用許可証を持っていない方は、初回教室日の30分前から利用許可証取得講習を行いますので必ず受講ください。保護者の方もお子さまと一緒に受講できます。

■申し込み・問い合わせ先

夢くらぶ国分寺

(国分寺B&G海洋センター内)

☎(44)0849

(火・水・金曜日の午前9時～午後5時15分)

