

託児つき
スポーツ
教室

ママスポ広場 (リラックスヨガ教室)



＜保育協会員が別室でお子さんをお預りしますので、安心してヨガをお楽しみください＞

- ★ 対象 市内に在住・在勤されている女性（託児サービスは1歳児から利用できます）
- ★ 内容 岡谷市民総合体育館第2B会議室にてヨガを行います。
- ★ 日時

1月	7日(火)	14日(火)	21日(火)	28日(火)
2月	4日(火)	18日(火)	25日(火)	
3月	4日(火)			

※ 教室の時間は午前10時30分から12時00分までとなります。

※ 託児は10時15分から12時15分までです。（幼児体育室です）

- ★ 講師 岡谷市エアロビック協会指導員
- ★ 費用 受講料 2,000円
スポーツ保険料 大人 1,870円(任意)
- ★ 申込先 岡谷市民総合体育館窓口
- ★ 受付期間 12月2日(月)～12月20日(金)
- ★ 受付時間 9時～21時30分（第2、4木曜日は休館）
- ★ 定員 20名（託児定員10名）：定員になり次第締め切りとなります。
- ★ その他
 - ・ スポーツ保険加入者の受講中のケガなどについてはスポーツ保険の適用がありますので、スポーツ振興課にお問合せください。
 - ・ 申込後のキャンセルによる受講料及びスポーツ保険料の返金はできませんので、あらかじめご了承ください。
 - ・ バスタオルまたはヨガマットをお持ちください。



お問い合わせ先
受託者(公財)岡谷市スポーツ協会
TEL 22-8850 FAX 22-8860
平日 9時から17時 第2・第4木曜日は休館



小学生フットサル教室 のお知らせ



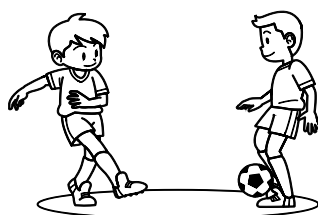
- ★ 主 管 岡谷市サッカー協会
- ★ 対 象 市内の小学1年生から小学6年生
- ★ 日 時 令和7年1月8日(水) 午後7時00分から岡谷市民総合
体育館（東体育館）において開講式を行います。
※開講式終了後、そのまま教室を行います。

1月 8日(水)	1月15日(水)	1月22日(水)	1月29日(水)
2月 5日(水)	2月12日(水)	2月19日(水)	2月26日(水)

※毎週水曜日 合計8回

※時間：午後7時00分～午後8時30分

- ★ 会 場 岡谷市民総合体育館 東体育館
- ★ 費 用 受講料 1000円 スポーツ保険料 820円（任意）
- ★ 定 員 30名（先着順）
- ★ 申込先 12月2日(月)から12月20日(金)までに
岡谷市民総合体育館窓口へお申込みください。（電話申込不可）
受付時間9時～21時30分（第2、4木曜日は休館）
- ★ 指導員 岡谷市サッカー協会員
- ★ 持ち物 運動靴(室内用)、運動のできる服装
- ★ その他
 - ・受講者の送迎については、保護者等が責任を持って行ってください。
 - ・申込み後のキャンセルによる受講料及びスポーツ保険料の返金は、いたしませんので、あらかじめご了承ください。
 - ・スポーツ保険加入者の受講中のケガにつきましては、スポーツ保険の適用がありますので、スポーツ振興課にお問い合わせください。



問合せ先

受託者：(公財)岡谷市スポーツ協会

TEL 22-8850 FAX 22-8860

平日 9時から17時 第2・第4木曜日は休館