

令和5年度第1期 健康づくり教室参加者募集

総合運動公園体育館 (見川町2256 ☎243-0111)

教室名	受付日時	受付会場	期間	曜日	回数	時間	対象	募集人員	会費
ちびっこ体操	3/22(水)9:30~10:00 整理券配布	総合運動公園体育館	4/12~6/28	水	10	9:30 ~ 10:30	3歳児(H31.4/2~R2.4/1)	50名	3,000円
親子体操						10:45 ~ 11:45	2歳6ヶ月~3歳児(H31.4/2~R2.10/1)と親	40組	4,200円
幼児体育A						14:30 ~ 15:30	年中児 (H30.4/2~H31.4/1)	各50名	3,000円
幼児体育B						15:45 ~ 16:45	年長児 (H29.4/2~H30.4/1)		
小学生体育						17:00 ~ 18:00	小学1・2年生		
レディススポーツ	3/22(水)9:30~随時		4/13~R6.2/22	木	35	10:00 ~ 11:30	18歳以上の女性	50名	10回 4,000円 (傷害保険料を含む)
実年健康づくりA	3/22(水)13:15~13:30 整理券配布		4/14~R6.3/1	金	35	10:00 ~ 11:30	50歳以上	各30名	10回 4,000円 (傷害保険料を含む)
実年健康づくりB						14:00 ~ 15:30			

リリーアリーナMITO (水府町864-6 ☎225-6931)

教室名	受付日時	受付会場	期間	曜日	回数	時間	対象	募集人員	会費			
幼児体育A	3/27(月)9:30~10:00 整理券配布	リリーアリーナMITO メインアリーナ	4/11~6/27	火	10	14:30 ~ 15:30	年中児 (H30.4/2~H31.4/1)	各50名	3,000円			
幼児体育B						15:45 ~ 16:45	年長児 (H29.4/2~H30.4/1)					
小学生体育						17:00 ~ 18:00	小学1・2年生					
ストレッチヨガ	3/27(月) 14:15~14:30 整理券配布		4/11~R6.3/5	火	40	14:00 ~ 15:00	18歳以上の女性	25名	10回 6,000円 (傷害保険料を含む)			
ヘルピクスストレッチ						4/13~R6.3/14	木	40	14:00 ~ 15:00	18歳以上の女性	25名	10回 6,000円 (傷害保険料を含む)
リラクソヨガ						4/14~R6.3/8	金	40	13:30 ~ 14:40	18歳以上の女性	25名	10回 7,000円 (傷害保険料を含む)
実年健康づくり	3/27(月) 14:15~随時		4/13~R6.3/14	木	35	14:00 ~ 15:30	50歳以上	30名	10回 4,000円 (傷害保険料を含む)			
レディススポーツ						4/14~R6.3/1	金	35	10:00 ~ 11:30	18歳以上の女性	30名	10回 4,000円 (傷害保険料を含む)
ナイヨグ	3/23(木)18:15~18:30 整理券配布	リリーアリーナMITO 第一会議室	4/13~R6.3/14	木	40	19:30 ~ 20:40	18歳以上	25名	10回 7,000円 (傷害保険料を含む)			

小吹運動公園体育館 (小吹町820-2 ☎241-9121)

教室名	受付日時	受付会場	期間	曜日	回数	時間	対象	募集人員	会費
らくらくエアロ	3/22(水)13:15~13:30 整理券配布	小吹運動公園体育館	4/18~R6.3/12	火	40	10:00 ~ 11:00	18歳以上の女性	20名	10回 6,000円 (傷害保険料を含む)
キッズダンスA						4/12~R6.3/16	水	40	16:30 ~ 17:20
キッズダンスB	3/22(水)15:15~15:30 整理券配布		※最終日は土曜日	17:30 ~ 18:30	小学4~6年生				
ピホ健康体操A			4/14~R6.3/8	金		10:00 ~ 11:30	18歳以上の女性	各30名	10回 8,500円 (傷害保険料を含む)
ピホ健康体操B						13:30 ~ 15:00			

常澄健康管理トレーニングセンター (塩崎町1200-1 ☎269-4779)

教室名	受付日時	受付会場	期間	曜日	回数	時間	対象	募集人員	会費
レディススポーツ	3/27(月)9:30~随時	常澄健康管理 トレーニングセンター 体育館	4/11~R6.3/5	火	35	10:00 ~ 11:30	18歳以上の女性	40名	10回 4,000円 (傷害保険料を含む)
幼児体育A	3/27(月)9:30~10:00 整理券配布		4/13~6/22	木	10	14:25 ~ 15:25	年中児 (H30.4/2~H31.4/1)	各40名	3,000円
幼児体育B						15:50 ~ 16:50	年長児 (H29.4/2~H30.4/1)		

内原ヘルスパーク (内原町1384-2 ☎259-6889)

教室名	受付日時	受付会場	期間	曜日	回数	時間	対象	募集人員	会費
☆コンディショニング ヨガ	3/23(木)18:15~18:30 整理券配布	内原ヘルスパーク	4/13~9/7	木	20	①18:30 ~ 19:30	18歳以上	60名	10回 6,000円 (傷害保険料を含む)
						②19:45 ~ 20:45			
幼児体育A	3/23(木)9:30~10:00 整理券配布		4/14~6/23	金	10	14:30 ~ 15:30	年中児 (H30.4/2~H31.4/1)	各40名	3,000円
幼児体育B						15:45 ~ 16:45	年長児 (H29.4/2~H30.4/1)		
シェイプアップ						5/12~6/9	金		

☆コンディショニングヨガ教室につきましては、毎回時間の選択が可能です。①、②のどちらか一方を選びご参加ください。

ケーズデンキスタジアム水戸(市立競技場) (小吹町2058 ☎241-8484)

教室名	受付日時	受付会場	期間	曜日	回数	時間	対象	募集人員	会費
機能改善ヨガトレ	3/23(木)9:30~9:45 整理券配布	ケーズデンキスタジアム 水戸	4/18~8/22	火	15	10:00 ~ 11:00	18歳以上	15名	9,000円 (傷害保険料を含む)
シントックス						5/11~6/8	木	5	14:00 ~ 15:00

下入野健康増進センター (下入野町1944-1 ☎297-8570)

教室名	受付日時	受付会場	期間	曜日	回数	時間	対象	募集人員	会費
ママとベビーの スキンシップ	4/7(金)9:45~10:00 整理券配布	下入野健康増進 センター	5/16~7/25	火	10	10:00 ~ 11:00	6ヶ月~2歳6ヶ月の子 (R2.10/1~R4.10/1)と親	15組	4,200円 (傷害保険料を含む)
コアトレーニング						5/12~8/25	金	15	10:30 ~ 11:30
らくらくエアロ	4/7(金)18:15~18:30 整理券配布		5/12~7/14	金	10	18:30 ~ 19:30	18歳以上	25名	6,000円 (傷害保険料を含む)
Dayタイムヨガ						5/10~9/13			
ナイヨグ	4/7(金)18:15~18:30 整理券配布		5/10~6/14	水	5	19:00 ~ 20:00	18歳以上	25名	3,000円 (傷害保険料を含む)
Zumba®						5/11~8/24			
シェイプアップ	4/7(金)9:45~10:00 整理券配布		5/11~6/8	木	5	9:30 ~ 11:00	18歳以上	20名	2,500円 (傷害保険料を含む)

申込方法

上表の受付日時に各会場にて行いますので会費を添えてお申込みください。
整理券配布時間内に定員を超えた場合は、抽選となります。定員を満たない場合は、随時受付します。
※整理券を配布する教室は先着順ではございませんので整理券配布時間内にお越しください。
尚、ちびっこ体操、親子体操、幼児体育A・B、小学生につきましては、1回目からご参加を希望される方は、各会場初日の1週間前までにお申込みください。
※教室3回目までにお申込みいただければ参加できます。詳細につきましてはお問合せください。
※最小開催人数は各教室5名とします。教室が実施できない場合、事務局よりご連絡します。
※妊娠している方の親子体操教室の参加はご遠慮ください。

用意するもの

会費(10回表示のあるものは10回分の会費を受付時に頂きます。)
※なお、通年の教室は、令和5年4月1日現在で65歳以上の方に対して高齢者特典があります。
上履き、保険料(ちびっこ体操・親子体操・幼児体育A・B・小学生体育教室のみ)
※保険料…大人1,850円・小人800円 ただし、令和5年度青柳・小吹水泳教室保険加入者は除く。

その他

ご参加にあたっては、以下の事項に同意の上、お申し込み下さい。
(1) 新型コロナウイルス感染症の今後の広がりと重症度を見ながら、開催を適宜見直す場合がある。
(2) 新型コロナウイルス感染症対策としては、「教室ご参加にあたってのお願い」に同意の上、参加する。
(3) 個人情報の取扱いについて
主催者は、個人情報保護に関する法令を遵守し、適正な管理を行うとともに、個人情報の保護に努める。取得した個人情報は、教室に関する諸連絡に利用するほか、連絡先以外の個人情報並びに教室の映像・写真・記事等は、教室の宣伝等の目的で、ポスター等の宣伝材料、テレビ・ラジオ・新聞・インターネット等の媒体に掲載することがある。これらに同意した上で教室に参加する。
新型コロナウイルス感染症対策についての体調管理チェックシートは教室最終日に必ず提出すること。
なお、体調管理チェックシートの保管期間は教室終了後1か月間とし、該当情報は適正に破棄するものとする。

お問合せ

(公財)水戸市スポーツ振興協会 事業課 健康指導係
TEL 029-243-0111(代) 8:30~22:00(月曜日は休園日のため17:15まで)
TEL 029-241-0704(直) 8:30~17:15(土日祝日を除く)

