

浦安市総合体育館・屋内水泳プール

To Be Network 情報

平成30年5月

新規開講決定！

千葉ジェッツチアリーディングスクール

○日 程；平成30年5月7日～平成31年3月25日 月曜日
※祝日や大会等で開催が無い日もございます。

○対 象；①リトルクラス 17：00～17：50 【満3歳～小学1年生】
②キッズクラス 18：00～19：00 【小学2年生～4年生】
③ジュニアクラス 19：10～20：30 【小学5年生～中学生】
※各クラス先着20人

○参加費；月謝制度

①4,320円（4回開催の月） 3,240円（3回開催の月）
②5,400円（4回開催の月） 4,080円（3回開催の月）
③6,480円（4回開催の月） 4,860円（3回開催の月）
※各クラス体験参加費1,000円（1人1回のみ）

○場 所；5階会議室

○講 師；千葉ジェッツふなばしフライトクルーチアリーダーズ“STAR JETS”

○内 容；チアリーディングの基本から応用

○申 込；必要事項【事業名（希望クラス）・参加者氏名・学校名（通園園名）・
学年（未就学児は年齢）・住所・電話番号】を明記のうえ、
下記メールアドレスへEメールにて申込。

○申込先；u.taiikukan@jcom.zaq.ne.jp



浦安市総合体育館スポーツプログラム

◎5月1日(火)募集開始コース

《Eメールまたは往復ハガキにて申込・応募多数の場合は抽選・1人1通》

☆子どもの体力向上コース

- 日程 5月24日～7月12日 毎週木曜日 全8回
対象 ①小学1～2年生 16:00～17:20
②小学3～4年生 17:30～18:50
定員 各20人
※初めて参加される市内在住、在学の方が優先
内容 遊びを通じた身体コントロール能力向上運動
費用 ①1,400円(全8回分)
②1,600円(全8回分)



《申込方法》 Eメールまたは往復ハガキにて申込 5月8日(火)必着

『コース名(①か②)・氏名(ふりがな)・性別・学年・学校名・住所・電話番号』
往復ハガキの場合は返信用に『ご本人の宛名』をご記入の上、お申込みください。

※初めて参加される市内在住・在学の方が優先

〔Eメール申込〕 urayasutaiikukan1@jcom.home.ne.jp

〔はがき申込〕 〒279-0031 浦安市舞浜2番地27 浦安市総合体育館コース担当宛

◎5月1日(火)募集開始コース

《Eメールにて申込・応募多数の場合は抽選・1人1通》

☆キッズダンスコース1

- 日時 5月31日～7月19日 毎週木曜日
17:20～18:20 全8回
対象 小学生 20人
※初めて参加される市内在住、在学の方が優先
内容 ダンスの基礎を楽しく学ぶ
費用 1,100円(全8回分)



《申込方法》 Eメールにて申込 5月10日(木)必着

『コース名・氏名(ふりがな)・性別・学校名・学年・住所・電話番号』
をご記入の上、お申込みください。

〔Eメール申込〕 urayasutaiso@jcom.zaq.ne.jp

◎5月4日(金・祝)募集開始コース 《午前9時から電話または体育館窓口にて受付》

☆ジュニアバドミントンコース

日時 5月21日～7月2日(6月4日除く) 毎週月曜日
17:30～19:00 全6回
対象 小学校4年～6年生 先着25人
※初めて参加される市内在住、在学の方が優先
内容 バドミントンの基本
費用 2,000円(全6回分)



☆いきいき体操&ウォーキングコース

日時 5月21日～6月18日 毎週月曜日 全5回
10:00～11:30
対象 60歳以上の方 先着25人
※市内在住、在勤の方が優先
内容 体力向上とウォーキングの基本
費用 1,000円(全5回分)



☆弓道コース(春期)

日時 5月26日(土)、27日(日)、
6月2日(土)、3日(日)、9日(土)、10日(日)、16日(土)、17日(日)
16:00～18:00 全8回
対象 16歳以上の初心者 先着15人
※初めて参加される市内在住、在勤、在学の方が優先
内容 弓道の基本
費用 2,600円(全8回分)



アーチェリー場スポーツプログラム

◎5月4日(金・祝)募集開始コース 《午前9時から電話または体育館窓口にて受付》

☆アーチェリーコース

日時 5月26日～6月23日 毎週土曜日 全5回
10:00～12:00
対象 中学生以上の初心者 先着16人
※初めて参加される市内在住、在勤、在学の方が優先
内容 アーチェリーの基本
費用 2,000円(全5回分)



屋内水泳プールスポーツプログラム

◎5月1日(火)募集開始コース

《往復ハガキにて申込・応募多数の場合は抽選・1人1通》

☆サタデースイミングコース 1A・B

日程 6月2日～7月14日(6月16日を除く)

毎週土曜日 全6回

A→9:40～11:00

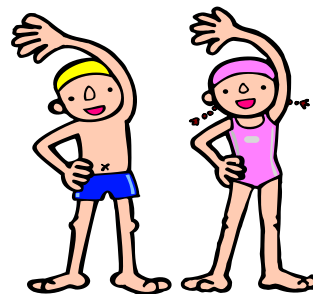
B→13:40～15:00

対象 小・中学生(A・B各60人)

※初めて参加される市内在住・在学の方が優先

内容 水慣れ～クロール25mを目標

費用 A・B各1,800円(全6回分)



《申込方法》往復ハガキにて申込 5月8日(火)必着

往診用『コース名(A or B)・氏名(ふりがな)・性別・年齢・学年・住所・電話番号』
返信用『ご本人の宛名』をご記入の上、お申込みください。

※申込多数の場合は抽選となります。1人1通。

※締め切り後、定員に満たない場合は電話で随時受付。

申込：〒279-0031 浦安市舞浜2番地27 浦安市屋内水泳プール

◎5月6日(日)募集開始コース 《午前9時から電話またはプール窓口にて受付》

☆スノーケリングコース

日時 5月15日～6月5日 毎週火曜日 全4回

19:00～20:30

対象 小学生以上の健康な方 先着30人

※小中学生は保護者と一緒にご参加ください

内容 スノーケル技術の習得

費用 16歳以上2,400円(全4回分)

※小中学生は1,400円となります。



☆アクアエアロビクスコース

日時 5月23日、30日、6月13日、27日、7月11日

水曜日 全5回 10:00～10:40

対象 16歳以上の健康な方 先着30人

内容 習慣的な水中運動の実施・運動不足解消など

費用 3,000円(全5回分)



◎5月6日(日)募集開始コース《午前9時から電話またはプール窓口にて受付》

☆レベルアップスイミングスクール

日時 5月23日、30日、6月13日、27日、7月11日
水曜日 9:30~10:30 全5回
対象 クロールで25m以上泳げる16歳以上の方 先着20人
内容 競技4泳法の習得
費用 3,000円(全5回分)

☆マタニティスイミングコース

日時 5月24日~7月12日、
9月14日~11月16日 期間中の毎週木曜日
10:15~12:45 全16回
対象 妊娠16~40週で健康な方 各回先着10名
※主治医の診断が必要となります。
指定書式は屋内水泳プールで配布、または屋内水泳プールHP
<http://www.urayasu-kousha.or.jp/taiiku/pool/>から
ダウンロードしてください。詳しくはお問合せください。
内容 ストレッチ体操、水中エクササイズなど
費用 1回2,000円



☆ジュニア競泳スクール(競技力向上)

日時 5月18日~7月13日(6月15日を除く) 毎週金曜日
17:30~19:00 全8回
対象 小中学生 先着20人
内容 競技4泳法のレベルアップ・記録向上
費用 4,000円(全8回分)



☆アクアスポーツライフコース1

日時 6月1日~7月13日(6月15日除く)
毎週金曜日 全6回
10:00~11:30
対象 16歳以上の健康な方 先着30人
保育 満1歳以上就学前 先着6人
内容 運動不足解消・シェイプアップ
費用 3,200円
※保育希望の場合はお子様1名につき別途500円

◎5月19日(土)募集開始コース《午前9時から電話またはプール窓口にて受付》

☆クロールコース1(初級)

日時 6月4日～7月9日 毎週月曜日
9:30～11:00 全6回
対象 16歳以上の健康な方優先 先着20人
内容 クロールの基礎基本(25m完泳を目標)
費用 3,600円(全6回分)

浦安市陸上競技場スポーツプログラム

◎5月15日(火)募集開始《午前9時からメールにて受付》

☆ウォーキングラリー

日時 5月27日 日曜日
9:00～10:30
対象 16歳以上の方 先着30人
内容 体力の向上
費用 500円



☆朝活ラン&ストレッチ

日時 5月26日 土曜日
7:00～9:00
対象 16歳以上の方 先着20人
内容 ボディーコンディショニング
費用 500円



《2事業共通申込方法》Eメールにて申込 5月22日(火)必着

『事業名・氏名(ふりがな)・性別・年齢・住所・電話番号』をご記入の上、
下記Eメールアドレスまでお申込みください。

〔Eメール申込〕 u.taiikukan@jcom.zaq.ne.jp

総合体育館	047-355-1110
屋内水泳プール	047-304-0030
陸上競技場	047-350-9830