

【秋葉台文化体育館】

※ 各教室とも詳細については直接施設にお問い合わせください。(秋葉台文化体育館・・・0466-88-1111)

※ 「公開抽選」・・・申込受付期間中(休館日除く)申込みを受付、定員を超えた場合抽選となります。

※ 対象者が市内在住・在学・在園と記載されている教室において、定員に満たなかった場合は申込受付期間後、市外の方もお申込みいただくことができます。

成人向け教室

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
1	フラダンス	新しいことを始めるならコレ！フラダンスでストレス解消！初心者の方でも安心してご参加いただけます。	5/12,19,26 6/2,9,16,23,30 (予備日7/7)	水	13:15-14:45	8回	20人	18歳以上の方	第3体育室	6,400円	4/28(水) 13:30から先着順 電話受付
2	ピラティス(初中級)	呼吸法や基本姿勢を意識しながら、しなやかな体づくりを行います。トリニティやピラティスパール等も使用します。	5/13,20,27 6/3,10,17,24 7/1(予備日7/8)	木	9:45-10:45	8回	20人	18歳以上の方	第3体育室	6,400円	4/29(木祝) 13:30から先着順 電話受付
3	やさしいヨガ①	初心者の方でも安心してご参加いただける「やさしい」ヨガ教室です。	5/14,21,28 6/4,11,18,25 7/2(予備日7/9)	金	10:00-11:00	8回	20人	18歳以上の方	第3体育室	6,400円	4/30(金) 11:00から先着順 電話受付

子ども向け教室

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
1	年長うんどう①	様々な基本運動を経験することで運動神経の発達を促します。マット・跳び箱・平均台といった道具を使いながら総合的な能力も高めます。	5/12,19,26 6/2,9,16,23,30	水	15:30-16:30	8回	15人	市内在住・在園の年長児 (H27.4.2～H28.4.1生れ)	第1体育室	7,200円	申込受付4/16～4/22来館 公開抽選4/23(木)11:00
2	小学生かけっこ(1～2年生)	運動の基本である「走る」動作を通じて、運動への適応能力を身に付けます。コーディネーショントレーニングを交えながら楽しく行う教室です。	6/2,9,16,23	水	17:00-18:00	4回	20人	市内在住・在学の小学1～2年生	第1体育室	3,600円	申込受付5/12～5/18来館 公開抽選5/19(水)11:00 (5/17休館)
3	小学生 スポーツクライミング体験① (3～4年生)	クライミングの基本を体験しながら、高さ8mの垂直壁を利用したリードクライミングに挑戦します。	6/5,12	土	10:00-12:00	2回	14人	市内在住・在学の小学3～4年生	1階ロビー	1,800円	申込受付5/12～5/18来館 公開抽選5/19(水)11:00 (5/17休館) ※小学3・4年生については『午前・午後』の両教室を重複してお申し込みすることはできません
4	小学生 スポーツクライミング体験① (3～6年生)			土	13:00-15:00	2回	14人	市内在住・在学の小学3～6年生	1階ロビー	1,800円	

※ 各教室とも詳細については直接施設にお問い合わせください。(秋葉台文化体育館・・・0466-88-1111)

(秋葉台文化体育館)

※ 「公開抽選」・・・申込受付期間中(休館日除く)申込みを受付、定員を超えた場合抽選となります。

※ 対象者が市内在住・在学・在園と記載されている教室において、定員に満たなかった場合は申込受付期間後、市外の方もお申込みいただくことができます。

親子向け教室											
No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
1	親子かけっこ	親子でスキンシップを図りながら楽しく学べるかけっこ教室です。お子さまと保護者の方に分かりやすく教えます。	5/9	日	9:00-10:30	1回	15組	かけっこが速くなりたい 市内在住、在学の小学生とその保護者	芝生広場 (第2体育室)	800円	4/25(日) 13:30から先着順 電話受付
2	未就園児 親子リトミック①	キーボードのリズムに合わせてリトミックを中心にボール遊び、パネルシアターなど盛りだくさんの内容です。	5/10,24,31 6/7,14,28 (予備日7/5)	月	9:30-10:30	6回	10組	1歳6ヶ月～未就園児(3～4歳)とその保護者	第3体育室	4,800円	4/26(月) 13:30から先着順 電話受付
3	親子たいそう①	親子でスキンシップを図りながら楽しく体を動かしましょう! マットや平均台などの体操器具も使用します。	6/13	日	9:30-10:30	1回	10組	年少児～年長児とその保護者	第3体育室	800円	5/30(日) 13:30から先着順 電話受付

■秋葉台文化体育館(トレーニングルームほか)

トレーニング登録者対象教室											
No	教室名	教室内容等	実施日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所	
1	トレーニング登録講座(専用)	トレーニングルームの利用方法(ルール・マナー)、登録証発行手続き、マシンの取扱いについて説明を行います。	詳細は財団ホームページまたは施設へお問い合わせください	60分程度	1回	12人	市内在住・在勤・在学、茅ヶ崎市・寒川町在住の中学生以上の方	会議室 トレーニングルーム等	大人500円 中学生200円	事前に電話または来館にて予約	
2	体成分測定・印刷	体成分分析装置を用いて、見た目だけではわからない筋肉量・脂肪量・筋肉バランスなどを細かく測定します。運動指導員が測定結果を説明、運動方法のアドバイスをします。	通年(随時受付)	10分程度	1回	1人	トレーニングルーム登録者		100円 (入場料別)	実施日時に直接来館 トレーニングルーム受付にて	
3	健康づくりトレーニング指導	トレーニング初心者、体力向上といった健康づくりを目的とした運動メニューの作成とマンツーマン指導を行います。	通年(随時受付)	60分程度	1回	1人			1000円 (入場料別)	事前に来館にて予約 (ショートカウンセリングあり)	

★各施設のトレーニング室(ルーム)登録講座について★

トレーニングルームをご利用いただくには、登録講座(事前予約制)の受講が必要です。
登録講座申込は、3施設(秩父宮・鶴沼・秋葉台)どこでも承っております。※電話予約可能、受講の際に身分証提示(講座内容は、講義と実技になり、施設利用方法・登録証発行手続き・マシンの取扱い等についてとなります。)
トレーニングルームは藤沢市在住・在勤・在学、茅ヶ崎市及び寒川町在住の中学生以上の方がご利用いただけます。
登録講座を1度受講すれば、3施設のトレーニングルームを使用することができます。

【登録講座申込時間】	8:30～21:00
【登録講座受講料】	大人 500円 中学生 200円

【秋葉台公園】

開催種目	施設名	利用料金	時間帯	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
サイクルオープンDay	第2駐車場	200円	12:00～16:00	18(日)	23(日)	26(土)			26(日)	17(日)		★			
		200円	12:00～15:00								23(火祝)			23(日)	23(水祝)

★12月5日(日)は『サイクルチャレンジ藤沢in秋葉台』の開催を予定しています、詳しくは広報等でご案内いたします。

【サイクルオープンDay 注意事項】

- 自転車のレンタルはございません。ご自身の自転車をお持ちください。また、安全のためヘルメット、グローブ(軍手可)着用となりますのでご持参ください。
- 小学3年生以下の方は保護者の同伴が必要となります。
- 新型コロナウイルス感染防止のため、保護者の方は必ずマスクを着用してください。
- 雨天時は中止となります。
- 利用者ご自身の責任のもと怪我等には十分に注意してご利用ください。

