



2022年1月～3月分 スポーツ教室・イベント等の開催予定



新型コロナウイルス感染症の影響により、開催内容の変更や開催中止となる場合がございます。



公益財団法人

藤沢市みらい創造財団

目次

I 藤沢市みらい創造財団スポーツ事業課 お知らせ

・ 指定管理施設一覧	1
・ スポーツ教室インターネット申込開始について	2
・ スポーツ施設をご利用のお客様へお知らせ	3
・ 各スポーツ施設のご案内・交通アクセス	4

II スポーツ教室事業開催予定

・ 秩父宮記念体育館	5
・ 鶴沼運動施設	8
・ 八部公園プール	10
・ 秋葉台文化体育館	12
・ 秋葉台公園プール	15
・ 石名坂温水プール	17

III スポーツ大会&イベント等開催予定

・ 秩父宮記念体育館&スポーツ事業担当	20
・ 鶴沼運動施設(八部公園)	-
・ 秋葉台運動施設(秋葉台公園)	20
・ 石名坂温水プール	20

IV 個人使用予定

・ 秩父宮記念体育館	◎個人使用日予定表	21
・ 秋葉台文化体育館	◎個人使用日予定表	22
・ 弓道場利用区分について		23
・ 秩父宮記念体育館	◎個人使用日予定表	24
・ 秋葉台文化体育館	◎個人使用日予定表	24

※ トレーニング室(ルーム)登録講座日程表

現在、新型コロナウイルスの影響により、日程が流動的になっています。
詳細は直接施設までお問い合わせください。

利用上の注意

- (1) **新型コロナウイルス感染症の影響により、開催内容の変更や開催中止となる場合があります。「財団ホームページ」で確認いただくか、各施設へ直接お問い合わせください。**
- (2) 個人使用日のご利用は、個人使用予定の「ご利用について」をご確認ください。
- (3) 各種目に参加される場合は、事故防止のため**スポーツのできる服装**でお願いします。
- (4) スポーツ教室には傷害保険が適用になりますが、有料**個人使用**(体育館・トレーニング・プールの個人利用)には、**市民活動保険やスポーツ傷害保険は適用されません。**利用者ご自身の責任のもと怪我等には十分注意してご利用ください。
- (5) 利用の際には、各施設の**ルールやマナーを守り**、事故やトラブルのないようにご注意ください。

スポーツ教室の申込受付について

◇受付時間指定の無い教室や講座等の申込受付時間は **8:30~21:00** です。

※インターネット申込の受付時間は**9:00~23:59**です。

◇電話申込については回線が混み合い、つながりにくくなるのが予想されますので、あらかじめご了承ください。

◇公開抽選については、その場に立ち会う必要はありません。

当落はホームページで当選番号を確認または電話での問い合わせにより発表します。

◇申込み受付について、不明な点は各施設へお問い合わせください。

各施設のお問合せ

秩父宮記念体育館	251-0026 藤沢市鶴沼東8-2	TEL:0466-22-5335 FAX:0466-28-5749
鶴沼運動施設事務所 (八部公園プール)	251-0037 藤沢市鶴沼海岸6-12-1	TEL:0466-36-1607 FAX:0466-36-1754
秋葉台文化体育館	252-0816	TEL:0466-88-1111 FAX:0466-88-8687
秋葉台公園プール	藤沢市遠藤2000-1	TEL:0466-88-1811 FAX:0466-88-0081
石名坂温水プール	251-0875 藤沢市本藤沢1-10-1	TEL:0466-82-5131 FAX:0466-82-5132

【ホームページ】 <http://f-mirai.jp/>

【E-mail】 sports@f-mirai.jp

◆この冊子は年間予定です。日程等変更となる場合がございますので、各事業の申込受付日時が近づきましたら「広報ふじさわ」や各施設掲示物、本財団ホームページ等にてご確認ください。

笑顔あふれるみらいを
応援します

指定管理施設一覧

これまで公共スポーツ施設の運営管理で培ったノウハウと実績をもとに地域の皆様に愛される施設運営に努めてまいります。

下記スポーツ施設は、公益財団法人藤沢市みらい創造財団が指定管理者として、または藤沢市から委託を受けて運営管理しております。

施設区分	施設名称	施設区分	施設名称
体育館	秩父宮記念体育館	野球場	八部公園野球場
	秋葉台文化体育館		女坂スポーツ広場野球場
プール	秋葉台公園プール		葛原スポーツ広場野球場
	八部公園プール		天神スポーツ広場野球場
	石名坂温水プール	八部公園テニスコート	
球技場	秋葉台公園球技場	ビーチバレーコート	鵜沼海岸常設ビーチバレーコート
	女坂スポーツ広場球技場		



【指定期間】 2017年4月1日～2022年3月31日

【指定管理者】 公益財団法人藤沢市みらい創造財団

藤沢市みらい創造財団公式アカウント

■ Twitter (ツイッター)



■ Instagram (インスタグラム)



■ YouTube (ユーチューブ)



Follow me!

施設情報やイベント情報など
いち早くお届けします！
ユーチューブにて「お家トレ」
の紹介はじめました。

スポーツ教室のインターネット申込開始について

2021年10月より、一部のスポーツ教室で「インターネット申込受付サービス」を開始し、今後順次拡大してまいります。

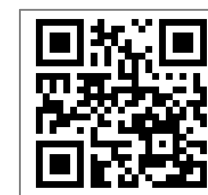
サービスをご利用いただくためには事前に「利用者情報の登録」が必要になります。



※お支払い方法は、クレジットカード決済またはコンビニオンライン決済をお選びいただくことができます。
(一部の教室については現地現金払いとさせていただきます)

◆新しいインターネットでの教室申込受付サービスの登録方法および申込方法などは下記リンクをご確認ください。
または、スマートフォンのカメラ機能等でQRコードを読み込んでアクセスしてください。

<https://f-mirai.jp/web#a>



藤沢市スポーツ施設をご利用のお客様へお知らせ

現在、藤沢市スポーツ施設のご利用にあたっては、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、一部利用の制限などがあります。また、利用者の皆様が安全・安心にスポーツ活動ができるように「藤沢市新型コロナウイルス感染症対策スポーツ施設の利用ガイドライン」を作成しております。ご利用の際はガイドラインの注意点をお守りいただくようお願いいたします。詳細は藤沢市みらい創造財団ホームページをご確認ください。

藤沢市みらい創造財団ではお客様の感染症予防に努めながら施設運営に努めています。



施設内消毒



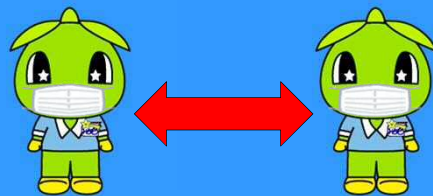
マスク着用



消毒液設置



飛沫感染防止
シート設置



身体距離の確保



受付等接触抑制
(トレイ使用等)



換気徹底

各スポーツ施設のご案内・交通アクセス

◆秩父宮記念体育館

TEL 0466-22-5335 FAX 0466-28-5749

藤沢市鵠沼東8-2

電車：藤沢駅南口から徒歩約10分

バス：藤沢駅南口 片瀬山循環F21系統「県合同庁舎前」下車



Google マップ



QRコード

◆鵠沼運動施設

TEL 0466-36-1607 FAX 0466-36-1754

藤沢市鵠沼海岸6-12-1

電車：鵠沼海岸駅下車、徒歩10分

バス：藤沢駅北口 F9系統「運動公園前」下車



Google マップ



QRコード

◆秋葉台運動施設

TEL 0466-88-1111(体育館) FAX 0466-88-8687

TEL 0466-88-1811(プール) 藤沢市遠藤2000-1

バス：湘南台駅西口 湘南23・24系統「遠藤下車徒歩5分」

バス：湘南台駅東口 湘南15系統「終点下車」



Google マップ



QRコード

◆石名坂温水プール

TEL 0466-82-5131 FAX 0466-82-5132

藤沢市本藤沢1-10-1

電車：藤沢本町駅下車、徒歩10分

バス：藤沢駅北口 藤35系統「修道院下」下車



Google マップ



QRコード

スポーツ教室事業 開催予定

※新型コロナウイルス感染症の影響により予定されている教室が中止または変更となる場合がございます。

【秩父宮記念体育館】

※ 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。(秩父宮記念体育館・・・0466-22-5335)

※ 「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、市外の方も申込みいただくことができます。

オープン教室

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・方法
1	オープン教室 ボディメイク&バランス エクササイズ	様々な有酸素エクササイズと簡単な筋力トレーニングを行い、体の筋力&調整力のUPを図ります。フィットネスツール(チューブ、ボールなど)を使用するなど、多彩なプログラムを提供します。	1月	17,24	月	9:00-10:30	1回	30人	どなたでも参加できます	サブアリーナ	500円	申込不要 実施日時に直接来館
			2月	7,21,28								
			3月	7,28								
2	オープン教室 リセットヨガ ※定員変更(更新済)	ヨガは、日常のストレスから解放される時間。深い呼吸に意識を向け、身体の緊張を解放し、生活習慣の様々な原因からくる身体の歪みや心の疲れを、呼吸と身体をつなぎ合わせてポーズをとっていくことで、心身ともにリセットしていきましょう。	1月	17,24,31	月	13:30-14:30	1回	45人	どなたでも参加できます	武道室	500円	申込不要 実施日時に直接来館
			2月	7,21,28								
			3月	7,28								
3	オープン教室 健康体操	高齢の方も気軽に参加できる健康維持を目的とした教室です。転倒予防に効果的な足・腰・腹部の筋力UPやバランス能力、歩行能力を養います。	1月	18,25	火	9:00-11:00	1回	30人	どなたでも参加できます	サブアリーナ	500円	申込不要 実施日時に直接来館
			2月	1,8,15,22								
			3月	1,8,15,22								
4	オープン教室 夜のリフレッシュヨガ ※定員変更(更新済)	ヨガで心地よく自分の時間を過ごします。今日一日をリセットして、自分にゆったりご褒美を与える気持ちで、体を動かし、心もリフレッシュ。明日の活力へとつながります。	1月	5,12,19	水	19:15-20:30	1回	45人	どなたでも参加できます	武道室	500円	申込不要 実施日時に直接来館
			2月	2,9,16								
			3月	2,9,16								
5	オープン教室 ピラティス ※定員変更(更新済)	全身をバランスよく動かし、体の奥にある筋肉(インナーマッスル)を整えていきます。基礎体力の向上と美しい姿勢づくりをしましょう!	1月	6,13,20	木	13:30-14:30	1回	45人	どなたでも参加できます	武道室	500円	申込不要 実施日時に直接来館
			2月	3,10,17								
			3月	3,10,17,24								
6	オープン教室 らくらくエアロ	音楽に合わせて、シンプルな動作で全身をバランス良く動かします。脂肪燃焼&運動不足解消&ストレス解消にピッタリ。有酸素エクササイズと音楽を楽しもう!	1月	7,14,21,28	金	9:15-10:15	1回	30人	どなたでも参加できます	サブアリーナ	500円	申込不要 実施日時に直接来館
			2月	4,18,25								
			3月	4,11,18,25								
7	オープン教室 らくらくステップ	ステップ台を使用してステップのバリエーションを組み合わせたエクササイズ!有酸素エクササイズと筋力UPで楽しく汗をかけます。気分爽快&ストレス発散!!	1月	7,14,21,28	金	10:45-11:45	1回	30人	どなたでも参加できます	サブアリーナ	500円	申込不要 実施日時に直接来館
			2月	4,18,25								
			3月	4,11,18,25								

※ 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。(秩父宮記念体育館・・・0466-22-5335)

(秩父宮記念体育館)

※ 「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。

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・方法
1	ゆったりシニアヨガ⑥	高齢者の方が安心して楽しめるヨガ教室です。ゆったりした呼吸と様々なポーズを行うことで心と体のバランスを整えていきます。	1/7,14,21,28 2/4	金	9:45-10:45	5回	12人	60歳以上の方	軽体育室	4,000円	窓口来館受付 申込期間 12/10～12/16 公開抽選 12/17(金)
2	シニアのためのエンジョイ運動②	筋力アップを図る簡単なトレーニングやセルフマッサージ&ストレッチ、有酸素運動などを行って動きやすい体づくりをします。	1/12,19,26 2/2,9,16 3/2,9	水	9:00-10:30	8回	15人	60歳以上の方	武道室	6,400円	12/22(水) 9:00から先着順 電話受付
3	美姿勢③	美しい姿勢(理想の姿勢)を学び体感するクラスです。ご自身のからだの癖・歪みなどをみつけ調整していきます。	2/17,24 3/3,10	木	9:15-10:30	4回	20人	18歳以上の方	武道室	3,200円	2/3(木) 9:00から先着順 電話受付
4	ゆったりシニアヨガ⑦	高齢者の方が安心して楽しめるヨガ教室です。ゆったりした呼吸と様々なポーズを行うことで心と体のバランスを整えていきます。	2/18,25 3/4,11,18,25	金	9:45-10:45	6回	12人	60歳以上の方	軽体育室	4,800円	窓口来館受付 申込期間 1/28～2/3 公開抽選 2/4(金)
5	グループレッスン ショートプログラム	10人以上のグループを対象としたショートプログラムエクササイズ(予約制)	通年	-	60分	1回	調整	10人以上のグループ	研修室 ほか	1人500円 ※10人以下の場合 1回5,000円	随時

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・方法
1	年中のびのび体操③ ～鉄棒・跳び箱編～	鉄棒・跳び箱を使用した種目サーキットを通して、楽しく体を動かしながら基礎体力の向上を目指します。	1/12,19,26 2/2,9,16	水	14:30-15:30	6回	15人	市内在住・在園の年中児 (H28.4.2～H29.4.1生れ)	サブアリーナ	5,400円	インターネット受付 申込期間 12/1～12/7 抽選 12/9(木) ※事前に利用登録が必要です。財団HP参照
2	年長ちびっこ体操③ ～鉄棒・跳び箱編～	鉄棒・跳び箱を使用した種目サーキットを通して、楽しく体を動かしながら基礎体力の向上を目指します。	1/12,19,26 2/2,9,16	水	16:00-17:00	6回	15人	市内在住・在園の年長児 (H27.4.2～H28.4.1生れ)	サブアリーナ	5,400円	インターネット受付 申込期間 12/1～12/7 抽選 12/9(木) ※事前に利用登録が必要です。財団HP参照
3	年中のびのび体操④ ～マット・鉄棒・跳び箱編～	マット・鉄棒・跳び箱を使用した種目サーキットを通して、楽しく体を動かしながら基礎体力の向上を目指します。	3/2,9,16,23	水	14:30-15:30	4回	15人	市内在住・在園の年中児 (H28.4.2～H29.4.1生れ)	サブアリーナ	3,600円	インターネット受付 申込期間 2/1～2/7 抽選 2/9(水) ※事前に利用登録が必要です。財団HP参照
4	年長ちびっこ体操④ ～マット・鉄棒・跳び箱編～	マット・鉄棒・跳び箱を使用した種目サーキットを通して、楽しく体を動かしながら基礎体力の向上を目指します。	3/2,9,16,23	水	16:00-17:00	4回	15人	市内在住・在園の年長児 (H27.4.2～H28.4.1生れ)	サブアリーナ	3,600円	インターネット受付 申込期間 2/1～2/7 抽選 2/9(水) ※事前に利用登録が必要です。財団HP参照

■秩父宮記念体育館(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・方法	
1	トレーニング登録講座	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。	新型コロナウイルスの影響により、実施日時が変動する可能性があるため、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。	-	75分	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	トレーニング室	大人500円 中学生200円	事前に電話または来館にて予約

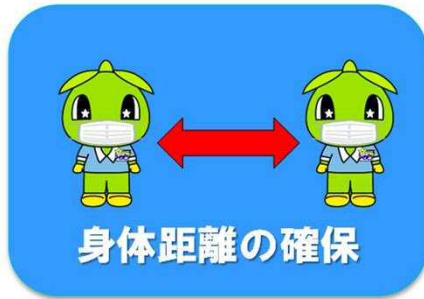
★各施設のトレーニングルーム登録講座について★

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

藤沢市みらい創造財団ではお客様の感染症予防に努めながら施設運営に努めています。



※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。(鶴沼運動施設事務所…0466-36-1607)

【鶴沼運動施設】

※「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、定員に満たない場合は、申込受付期間後、市外の方も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・方法	
1	オープン教室 スタジオプログラム	どなたでも参加できるスタジオプログラムをご用意いたしました。ヨガやピラティス、エアロビクス、フラ、心身調整体操、筋力トレーニングなど、気軽に楽しめるプログラムを実施します。	月間予定表をご確認ください (前月25日前後に配布予定) 1日3回程度(午前・午後・夜)			45分	1回	10人 ～ 16人 程度	どなたでも参加できます (マスク等で飛沫対策をして ご参加ください)	2階 ロビー	500円	実施日時に直接来館 ※各レッスンの30分前から 受付場所：1Fカウンター
2	バレトン(冬)	フィットネス・バレエ、ヨガの3つの要素を組み合わせ、音楽に合わせておこなうボディメイクエクササイズです。シンプルな動きも多く、初めての方でも気軽にご参加いただけます！	1/18,25 2/1,8,15 3/1,8,15,22,29	火	13:30- 14:30	10回	16人	18歳以上の方	2階 ロビー	8,000円	12/14(火) 9:45から先着順 電話または来館	
3	健康美を作るトレーニング	健康的な筋肉のメリハリのある体づくりを目指します。初心者向けのボディメイクトレーニングからくびれ作りやヒップアップ効果のトレーニングなどに挑戦します。	1/19,26 2/2,9,16 3/2,9,16	水	11:20- 12:20	8回	16人	18歳以上の方	2階 ロビー	6,400円	12/15(水) 9:45から先着順 電話または来館	
4	フィットネスフラ(ビギナー)冬	下半身のトレーニングや脳の活性化に繋がげながら、エクササイズとして行うフラです。ステップから楽しく踊りましょう。	1/21,28 2/4,18 3/4,11,18	金	11:20- 12:20	7回	16人	18歳以上の方	2階 ロビー	5,600円	12/17(金) 9:45から先着順 電話または来館	

幼児向け教室											
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・方法
1	幼児たいそう 年少①	様々な運動体験が運動能力アップにつながります。ボール遊びなどを通じて楽しみながら体を動かしましょう。跳び箱や鉄棒にも挑戦します。 集団行動が初めてのお子さんでも安心して参加いただけます。	1/26 2/2,9,16	水	15:50- 16:50	4回	8人	市内在住・在園の年少児 (H29.4.2～H30.4.1生れ)	2階 ロビー	3,600円	インターネット受付 申込期間 12/1～12/7 抽選 12/9(木) ※事前に利用登録が必要です。財団HP参照
2	幼児たいそう 年少②		3/2,9,16,23	水	15:50- 16:50	4回	8人		2階 ロビー	3,600円	インターネット受付 申込期間 2/1～2/7 抽選 2/9(水) ※事前に利用登録が必要です。財団HP参照

親子・お子様同伴教室											
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・方法
1	お母さんのためのヨガ(冬)	毎日頑張っているお母さんのための子育て応援教室です。お子様連れで参加できます。ヨガの深い呼吸で心も体も緩め、リフレッシュしましょう。	1/7,21 2/4,18 3/4,18	金	9:45- 10:45	6回	10人	子育て中のお母さん、 お子さま同伴の方の参加を了 承される方(託児場所なし)	2階 ロビー	4,800円	12/10(金) 9:45から先着順 電話または来館
2	赤ちゃんがごきげんになる！ ベビーヨガ	赤ちゃんの時期の体操は、体の土台作りとなり、脳と身体の発育を促します。親子の楽しいふれあいの時間は、母子ともにリラックスできます。おうち遊びもぐんと楽しくなりますよ。	1/18 2/1,15 3/1,15,29	火	11:20- 12:20	6回	10組	生後3ヵ月程度～1歳程度(1人 歩きがまだできない)までの 赤ちゃんとその保護者	2階 ロビー	4,800円	12/21(火) 9:45から先着順 電話または来館

※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。(鶴沼運動施設事務所 0466-36-1607)

(鶴沼運動施設)

※「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、定員に満たない場合は、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。

障がい者向け教室											
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・方法
1	障がい者ふれあいテニス (開放)	金曜日と土曜日にテニスコートを開放いたします。申し込みは不要ですので、直接テニスコートまでお越しください。 みんなで楽しくプレーしましょう。	1/8,21 2/12,18 3/12,18	金・土	9:30- 11:30	6回	—	障がいのある方	八部公園 テニスコート 人工芝 コート	無料	直接テニスコートへお越しください。
2	障がい者ふれあいグループスイム	障がいのある方を対象とした水泳教室です。可動範囲を考えながら、初心者から中級者くらいの方までが楽しく参加できる内容です。月ごと、1回から申し込みが可能のため、いつでも気軽に参加できます。	1/14,21,28 2/4,18 3/4,11,18,25	金 予約制	18:00- 19:00	1回	10人	障がいのある方	プール	600円	【先着順】 毎月第3金曜日から翌月分を受付 (日程が前後する場合があります) 電話受付13:00から

■鶴沼運動施設(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	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・方法
1	トレーニング登録講座	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。	新型コロナウイルスの影響により、実施日時が変動する可能性があるため、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。		75分	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	トレーニング室	大人500円 中学生200円	事前に電話または来館にて予約
2	パーソナルトレーニング	マンツーマンで指導をさせていただきます。実施前にはカウンセリングを行い、お客様の体の状態やニーズをしっかりと把握してからトレーニングを行います。	通年(予約制)		60分程度	1回	1人	トレーニング登録者	トレーニング室	3,000円	事前に電話または来館にて予約

★各施設のトレーニング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

※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。(鵜沼運動施設事務所…0466-36-1607)

(鵜沼運動施設)

※「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、定員に満たない場合は、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。

【八部公園プール】

個人スイムレッスン											
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・方法
1	個人スイムレッスン	水慣れから4種泳法、水中運動までマンツーマンでお客様のご要望にお応えします。 ※障がいのある方も気軽に申し出ください。	通年 (7・8・9月除く)	予約制	45分	1回	1人	どなたでも参加できます	プール	2,000円	【先着順】 毎月28日から翌月分を受付 (日程が前後する場合あり) 来館受付9:30から 電話受付19:30から

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・方法	
1	おとなグループレッスン	クロールや背泳ぎを中心とした教室です。 健康増進のため！スキルアップのため！水泳仲間をつくって一緒に練習してみませんか？	1月	木 予約制	10:20- 11:30	1回	15人	18歳以上の方	プール	1,000円	【先着順】 毎月第3木曜日から翌月分を受付 (日程が変更する場合あり) 来館受付9:30から 電話受付19:30から	
			2月									13,20,27
			3月									3,10,17 10,17,24
2	ステップアップ水泳③	泳力に合わせてグループ分けをし、ステップアップを目指します。クロールや背泳ぎの練習を基本とし、平泳ぎやバタフライにも挑戦する教室です。	1/18,25 2/1,8,15 3/8,15,29	火	13:50- 15:00	8回	15人	18歳以上の方(クロールで25m以上泳げる方)	プール	7,200円	窓口来館受付 申込期間 12/7～12/12 公開抽選 12/14(火)	
3	らくらく健康体操③ 水曜	水の特性を活用しさらに柔軟性向上、関節可動域の向上を目指し健康の増進を図ります。簡単にできる動作なので毎日運動をして健康な体を手に入れましょう！	1/19,26 2/2,9,16 3/9,16,23,30	水	10:20- 11:30	9回	15人	18歳以上の方	プール	8,100円		
4	らくらく健康体操③ 金曜	※陸上でのストレッチや筋トレは行いません。	1/14,21,28 2/4,18 3/4,11,18,25	金	10:20- 11:30	9回	15人		プール	8,100円		
5	ナイター水泳③	クロールからバタフライまで泳力にあわせて練習します。運動不足を解消したい方や、汗を流してリフレッシュしたい方におすすめです！	1/19,26 2/2,9,16 3/9,16,23,30	水	19:00- 20:15	9回	15人	18歳以上の方	プール	8,100円		
6	初級水泳③	初めてプールに来る方から息継ぎがうまくできない方まで、水泳を一から丁寧に指導します！クロール25m完泳に挑戦しましょう！	1/14,21,28 2/4,18 3/4,11,18,25	金	13:50- 15:00	9回	15人	18歳以上の方	プール	8,100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。(鶴沼運動施設事務所…0466-36-1607)

(鶴沼運動施設)

※「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・在園に記載されている教室において、定員に満たない場合は、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。

こども向け教室

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・方法
1	こどもグループレッスン クロールマスター編	クロールで25m完泳を目指します。 よりきれいに泳げるように頑張ろう！ 進み具合によっては背泳ぎもチャレンジします！	1月	19,26	水	17:00- 18:00	1回	15人	小学生(呼吸付きクロールで 15m以上泳げる方)	プール	1,000円	<p>【先着順】</p> <p>毎月20日から翌月分を受付 (日程が前後する場合あり)</p> <p>来館受付9:30から 電話受付19:30から</p>
			2月	2,9,16								
			3月	9,16,23,30								
2	こどもグループレッスン 息継ぎマスター編	反復練習を多く取り入れ、クロールの息継ぎ習得を目指します。	1月	14,21,28	金	17:00- 18:00	1回	15人	小学生(面かぶりクロールで 10m以上泳げる方)	プール	1,000円	
			2月	4,18								
			3月	4,11,18,25								
3	年中・年長スイム③ 火曜	主役は子ども！ 応援するのは家族のみなさん！ 上達させるのはいつも優しく・時に厳しい コーチたち！ 水慣れを中心に楽しく練習します。 『つぎはいつ？あと何回練習できる？』と 子どもから思われるような教室にしてい きます。 子どもが頑張っている姿を少し遠くから 見てみてください！	1/18,25 2/1,8,15 3/8,15,29	火	16:00- 17:00	8回	15人	市内在住・在園の 年中児・年長児 (H27.4.2～H29.4.1生れ)	プール	8,000円		
4	年中・年長スイム③ 水曜		1/19,26 2/2,9,16 3/9,16,23,30	水	16:00- 17:00	9回	15人		プール	9,000円		
5	年中・年長スイム③ 木曜		1/13,20,27 2/3,10,17 3/10,17,24	木	16:00- 17:00	9回	15人		プール	9,000円		
6	年中・年長スイム③ 金曜		1/14,21,28 2/4,18 3/4,11,18,25	金	16:00- 17:00	9回	15人		プール	9,000円		
7	初級こどもスイム③ 火曜 ※就学援助対象教室		1/18,25 2/1,8,15 3/8,15,29	火	17:00- 18:00	8回	15人		市内在住・在学の小学生	プール	8,000円 ※就学援助受給世帯 2,600円	
8	初級こどもスイム③ 木曜 ※就学援助対象教室		1/13,20,27 2/3,10,17 3/10,17,24	木	17:00- 18:00	9回	15人		市内在住・在学の小学生	プール	9,000円 ※就学援助受給世帯 3,000円	
9	泳力認定こどもスイム③	各種泳法を習得し、毎年8月と3月に行われ る『泳力認定進級テスト』の進級を目指し ます。	1/18,25 2/1,8,15 3/8,15,29	火	18:00- 19:00	8回	15人	泳力認定進級テストで10級以 上を取得されている小・中学 生	プール	8,000円		
10	泳力認定こどもスイム③ 上級クラス	各種泳法を習得し、毎年8月と3月に行われ る『泳力認定進級テスト』の6～1級・段の 取得を目指します。	1/13,20,27 2/3,10,17 3/10,17,24	木	18:00- 19:00	9回	15人	泳力認定進級テストで9級以 上を取得されている小・中学生	プール	9,000円		

インターネット受付
申込期間 12/1～12/7
抽選 12/9(木)

※事前に利用登録が必要です。

財団HP参照

※就学援助受給世帯の方は当選後に直
接施設までお問い合わせください。

※ 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、市外の方も申込みいただくことができます。

オープン教室												
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・方法
1	オープン教室 朝のリフレッシュヨガ	朝ヨガは体の内側から元気してくれる効果があります。深い呼吸とともに体全体を動かすことでリフレッシュされ、1日を快適に過ごすことができます。	1月	24,31	月	9:30-10:40	1回	40人	どなたでも参加できます	第2体育室	400円	実施日時に直接来館（先着順） （30分前受付開始）
			2月	7,14,28								
			3月	7,14,28								
2	オープン教室 ボディシェイプ ～火曜クラス～	月毎にテーマを決めて有酸素運動と筋力トレーニングを行います。脂肪燃焼だけでなく、持久力の向上も目的としたクラスです。	1月	11,18,25	火	9:30-10:40	1回	40人	どなたでも参加できます	第2体育室	400円	実施日時に直接来館（先着順） （30分前受付開始）
			2月	1,8,15,22								
			3月	1,8,15,29								
3	オープン教室 ピラティス	全身をバランス良く動かし、体の奥にあるインナーマッスルを整えていきます。基礎体力の向上と美しい姿勢づくりを目的とした教室です。	1月	11,18,25	火	13:30-14:40	1回	30人	どなたでも参加できます	第3体育室	400円	実施日時に直接来館（先着順） （30分前受付開始）
			2月	1,8,15,22								
			3月	1,8,15,29								
4	オープン教室 ボディシェイプ ～水曜クラス～	《大人気教室！》エアロピクス世界大会で入賞した専門講師によるストレッチ・エアロピクス・筋力トレーニングをバランスよく行うクラスです。短時間でたくさん汗をかきたい方にオススメです。	1月	12,19,26	水	9:30-10:40	1回	40人	どなたでも参加できます	第2体育室	400円	実施日時に直接来館（先着順） （30分前受付開始）
			2月	2,9,16								
			3月	2,9,16,23,30								
7	オープン教室 ボディエクササイズ ※日程変更（更新済）	女性でも扱いやすい軽いバーベルを使用します。筋力トレーニングと有酸素運動を融合した引き締め効果と脂肪燃焼をターゲットにしたエクササイズです。	1月	13,20,27	木	13:30-14:30	1回	20人	どなたでも参加できます	第3体育室	400円	実施日時に直接来館（先着順） （30分前受付開始）
			2月	3,10,17								
			3月	3,10,17,24								
6	オープン教室 バレトン	バレトンは、『バレエ』『フィットネス』『ヨガ』の3つの要素から構成されたエクササイズです。NY発の新感覚エクササイズを是非体験してみてください。	1月	14,21,28	金	13:30-14:30	1回	20人	どなたでも参加できます	第3体育室	400円	実施日時に直接来館（先着順） （30分前受付開始）
			2月	4,18,25								
			3月	11,18,25								
7	オープン教室 ボディシェイプ ～土曜クラス～	月毎にテーマを決めてヨガや自重トレーニングといったエクササイズを行います。	1月	8,15,22,29	土	10:00-11:10	1回	30人	どなたでも参加できます	第3体育室	400円	実施日時に直接来館（先着順） （30分前受付開始）
			2月	5,12,19,26								
			3月	12,19								

※ 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・方法
1	トータルボディエクササイズ	専門講師によるオリジナルエクササイズ (ピラティス・ヨガ・コンディショニング系エクササイズ) で背すじが伸びた美しい姿勢が身につきます。	1/13,20,27 2/3,10,17,24 3/3 (予備日3/10)	木	9:45-10:45	8回	20人	18歳以上の方	第3体育室	6,400円	12/23(木) 10:00から先着順 電話受付
2	やさしいヨガ③	ヨガのもたらす身体効果だけではなく、精神バランスも整えることを目的とした教室です。初心者の方でも安心してご参加いただけます。	1/14,21,28 2/4,18,25 3/4 (予備日3/11)	金	10:00-11:00	7回	20人	18歳以上の方	第3体育室	5,600円	12/24(金) 10:00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・方法
	小学生バドミントン ※新型コロナウイルス感染症の影響により中止となりました。	基礎から習えるバドミントン教室です。技術指導はもちろん、集団行動や挨拶などスポーツマンシップの精神も身につけます。	1/11,18,25 2/1,8,15,22 3/1 (予備日3/8)	火	16:15-17:45	8回	30人	市内在住・在学の小学3～6年生	第1体育室	7,200円	12/21(火) 10:00から先着順 電話受付
1	年中うんどう②	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。	1/12,19,26 2/2,9,16 3/2,9	水	15:30-16:30	8回	20人	市内在住・在園の年中児 (H28.4.2～H29.4.1生れ)	第1体育室	7,200円	インターネット受付 申込期間 12/1～12/7 抽選 12/9 (木) ※事前に利用登録が必要です。 財団HP参照
2	小学生跳び箱	跳び箱開脚跳びが跳べるように特訓！ポイント覚えて苦手を克服しよう！（開脚跳び5段まで）	1/12,19,26 2/2	水	17:00-18:10	4回	20人	跳び箱が上手になりたい市内在住・在学の小学生	第1体育室	3,600円	インターネット受付 申込期間 12/1～12/7 抽選 12/9 (木) ※事前に利用登録が必要です。 財団HP参照
3	年少うんどう	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。	2/1,8,15,22 3/1,8	火	15:30-16:30	6回	20人	市内在住・在園の年少児 (H29.4.2～H30.4.1生れ)	第2体育室	5,400円	インターネット受付 申込期間 1/1～1/7 抽選 1/9 (日) ※事前に利用登録が必要です。 財団HP参照
4	小学生逆上がり	逆上がりができるように特訓！ポイント覚えて苦手を克服しよう！	2/9,16 3/2,9,16	水	17:00-18:10	5回	20人	逆上がりが上手になりたい市内在住・在学の小学2～3年生	第1体育室	4,500円	インターネット受付 申込期間 1/1～1/7 抽選 1/9 (日) ※事前に利用登録が必要です。 財団HP参照

※ 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・方法
1	親子たいそう③	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。	1/30 2/13,20,27	日	9:30-10:30	4回	15組	3歳児（H30.4.2～H31.4.1生れ）及び年少児とその保護者	第3体育室	3,200円	1/9(日) 10:00から先着順 電話受付

※ 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(トレーニングルームほか)

※ 「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、市外の方も申込みいただくことができます。

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	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・方法
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、マシンの取扱について説明を行います。	新型コロナウイルスの影響により、実施日時が変動する可能性があるため、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。		75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

※ 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。(秋葉台公園プール…0466-88-1811)

【秋葉台公園プール】

※ 「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、市外の方も申込みいただくことができます。

個人スイムレッスン

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・方法
1	個人スイムレッスン	水慣れから4種泳法、水中運動までマンツーマンでお客様のご要望にお応えします。※障がいのある方も気軽にお申し出ください。	通年 (7/1~9/30除く)	予約制	45分	1回	1人	どなたでも参加できます	プール	2,000円	【先着順】 毎月28日から翌月分を受付 (日程が前後する場合あり) 電話受付9:00から 来館受付14:00から

オープン教室

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・方法	
1	水中運動&水中ウォーキング	水の特性である浮力や抵抗力によって体の負担が軽減するため、肩こりや腰痛の予防を目的としている方にはおすすめの水中運動です。ぜひご参加ください。	1月	18,25	火	10:30-11:30	1回	15人	どなたでも参加できます	プール	300円 (プール入場料別)	申込不要 実施日時に直接来館
			2月	1,8,15,22								
			3月	1,15,29								

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・方法	
1	グループレッスン 初級クロール編 ※日程変更(更新済)	クロールを基礎から指導いたします。少人数制のレッスンで楽しくコツをつかみましょう!	1月	18,25	火	19:00-20:00	1回	6人	18歳以上の方	プール	1,000円	広報等でお知らせします
			2月	1,8,15,22								
			3月	1,15,29								
2	グループレッスン バタフライ入門編 ※日程変更(更新済)	バタフライを基礎から指導いたします。少人数制のレッスンで楽しくコツをつかみましょう!	1月	7,14,21,28	金	13:00-14:00	1回	6人	18歳以上の方	プール	1,000円	広報等でお知らせします
			2月	4,18,25								
			3月	4,11,18,25								
3	チャレンジ水泳③	これから水泳を始めてクロールを習得したい方、背泳ぎや平泳ぎに挑戦したい方を対象とした教室です。みんなで楽しく練習しましょう!	1/12,19,26 2/2,9,16 3/2,16	水	13:00-14:00	8回	15人	18歳以上の方	プール	7,200円	窓口来館受付 申込期間 12/14~12/19 公開抽選 12/21(火)	
4	みんなでアクアビクス③	プールに入って音楽に合わせて楽しく運動します!初心者の方でも気軽に参加できるプログラムになっています。	1/13,20,27 2/3,10,17 3/3,17	木	10:30-11:30	8回	20人	18歳以上の方	プール	7,200円	窓口来館受付 申込期間 12/14~12/19 公開抽選 12/21(火)	
5	ナイター水泳③	成人向けの水泳教室です。泳力別にクラス分けをし、上達を目指します!仕事終わりにみんなで楽しく泳ぎましょう!	1/14,21,28 2/4,18,25 3/4,11	金	19:00-20:15	8回	15人	18歳以上の方	プール	7,200円	窓口来館受付 申込期間 12/14~12/19 公開抽選 12/21(火)	

※ 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。(秋葉台公園プール・・・0466-88-1811)

(秋葉台公園プール)

※ 「公開抽選」・・・申込受付期間中(休館日除く)申込みを受け、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、市外の方も申し込みいただく事が出来ます。

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・方法
1	グループレッスン 未就学児水慣れ編	プールや水泳デビューのお子様にピッタリ♪ 少人数制のレッスンで楽しくコツをつかみましょう！	1月	8,15,22,29	土	16:00-17:00	1回	6人	未就学児 (H27.4.2~H30.4.1生れ)	プール	1,000円	広報等でお知らせします
			2月	5,12,19,26								
			3月	5,12,19,26								
2	泳力認定別こども水泳③	財団主催の『泳力認定進級テスト』合格を目指すクラスです！ 目標は超難関の1級取得！ 誰もが羨むキレイな泳ぎを身につけよう！	1/12,19,26 2/2,9,16 3/2,16		水	17:00-18:00	8回	15人	泳力認定進級テストで10級以上を取得している小・中学生	プール	8,000円	インターネット受付 申込期間 12/1~12/7 抽選 12/9(木) ※事前に利用登録が必要です。 財団HP参照
3	にこにこ水泳③ 水曜クラス	水慣れや水遊びを中心に、水泳の楽しさを教えます！ クラスに分かれてレベルごとに練習！ 子ども一人一人の「できた！」を大切に、 たくさん「チャレンジ」たくさん「成長」できる教室です！	1/12,19,26 2/2,9,16 3/2,16		水	16:00-17:00	8回	15人	市内在住・在園の未就学児 (H27.4.2~H30.4.1生れ)	プール	8,000円	インターネット受付 申込期間 12/1~12/7 抽選 12/9(木) ※事前に利用登録が必要です。 財団HP参照
4	にこにこ水泳③ 木曜クラス		1/13,20,27 2/3,10,17 3/3,17		木							
5	にこにこ水泳③ 金曜クラス		1/14,21,28 2/4,18,25 3/4,11		金							
6	初級こども水泳③ 木曜クラス ※就学援助対象教室	水慣れやけのび、バタ足や面かぶりクロールの習得を目指した水泳教室です！ 上達したら息継ぎに挑戦しよう！	1/13,20,27 2/3,10,17 3/3,17		木	17:00-18:00	8回	15人	市内在住・在学の小学生	プール	8,000円 ※就学援助受給世帯 2,600円	インターネット受付 申込期間 12/1~12/7 抽選 12/9(木) ※就学援助受給世帯の方は当選後に直接施設までお問い合わせください
7	初級こども水泳③ 火曜クラス ※就学援助対象教室		1/18,25 2/1,8,15,22 3/1,15		火			15人	市内在住・在学の小学生	プール		
8	早起きこども水泳③ ※就学援助対象教室	水慣れから4種泳法まで、 クラス分けをして練習します！ みんなでレベルアップを目指そう！	2/5,12,19,26 3/5,12,19,26		土	7:50-9:00	8回	50人	市内在住・在学の 小・中学生	プール	8,000円 ※就学援助受給世帯 2,600円	インターネット受付 申込期間 1/1~1/7 抽選 1/9(日) ※就学援助受給世帯の方は当選後に直接施設までお問い合わせください

【秋葉台公園】

開催種目	施設名	利用料金	時間帯	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			
		200円	12:00~15:00	23(日)	23(水祝)	20(日)

【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。



※ 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。(石名坂温水プール事務所・・・0466-82-5131)

【石名坂温水プール】

※ 「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、市外の方も申込みいただくことができます。

オープン教室											
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・方法
1	オープン教室 水中ウォーキング	プールの中で水の抵抗や浮力を利用して、腰や膝などへの負担が少ない効果的な歩き方や運動を楽しむ教室です。	通年 (7/22～8/26除く)	木	14:00-15:00	1回	15人	どなたでも参加できます	プール	200円 (プール入場料別)	申込み不要 実施日の12:30から 来館受付先着順

個人スイムレッスン											
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・方法
1	個人スイムレッスン	水慣れから4種泳法、水中運動までマンツーマンでお客様のご要望にお応えします。ビデオレッスンを希望される方は事前にお申し出ください。※障がいのある方も気軽にお申し込みください。	通年 (8/1～8/31除く)	予約制	45分	1回	1人	どなたでも参加できます	プール	2,000円	【先着順】 毎月28日から翌月分を受付 (日程が前後する場合あり) 電話受付8:30から 来館受付14:00から

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・方法
1	楽・楽水泳教室 中級クラス③	クロールで25m以上泳げる方対象の教室です。楽しく・楽にをテーマに、クロールで50m・100mを目指し、クラスによっては他3泳法も練習します。	1/12,19,26 2/2 3/2,9,16,23 (予備日3/30)	水	11:20-12:30	8回	15人	16歳以上でクロール25m以上を泳げる方	プール	7,200円	窓口来館受付 申込期間 12/13～12/19 公開抽選 12/20(月)
							5人	障がいがあり16歳以上でクロール25m以上を泳げる方			【先着順】 申込期間 12/13～12/19 電話または来館
2	楽・楽水泳教室 初級クラス③	初級者を対象とした水泳教室です。主にクロールの息継ぎの習得を目指します。みんなで楽しく練習しましょう！プールが久々な方、お待ちしております！	1/14,21,28 2/4,25 3/4,11,18 (予備日3/25)	金	11:20-12:30	8回	15人	16歳以上でこれから水泳を始めた方、クロール25mを目標とする方	プール	7,200円	窓口来館受付 申込期間 12/13～12/19 公開抽選 12/20(月)
							5人	障がいがあり、16歳以上でこれから水泳を始めた方、クロール25mを目標とする方			【先着順】 申込期間 12/13～12/19 電話または来館
3	楽・楽水泳教室 ナイタースイム③ ミドルクラス	クロールで25m以上泳げる中級者を対象とした水泳教室です。クロールのさらなる上達と他の泳法の習得を目指します！少ない定員で広々泳ぎましょう。	1/15,22,29 2/5,26 3/5,12,19 (予備日3/26)	土	18:45-20:00	8回	12人	16歳以上でクロール25m以上を泳げる方	プール	7,200円	窓口来館受付 申込期間 12/13～12/19 公開抽選 12/20(月)
							3人	障がいがあり16歳以上でクロール25m以上を泳げる方			【先着順】 申込期間 12/13～12/19 電話または来館
4	ナイトアクア③	音楽に合わせて全身を楽しく動かします。みんなで脂肪燃焼・気分リフレッシュ！水に顔をつけることはありません！水泳の導入にも是非！！	1/17,24,31 2/21,28 3/7 (予備日3/14)	月	19:00-20:00	6回	20人	どなたでも参加できます	プール	5,400円	窓口来館受付 申込期間 12/13～12/19 公開抽選 12/20(月)

※ 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。(石名坂温水プール事務所・・・0466-82-5131)

(石名坂温水プール)

※ 「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、市外の方も申込みいただくことができます。

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・方法
1	小学生マンスリーレッスン	月ごとの目標に向かって練習します。1ヶ月ごとの申し込みで4回1セットです。泳力の近い仲間と互いに刺激し合い、泳力の向上を目指しましょう。各月の目標については財団HPまたは館内掲示でご案内します。	1月	10,17,24,31	月	17:00-18:00	4回	10人	市内在住・在学の小学生	プール	4,000円	【先着順】 毎月第3月曜日に翌月分を受付 (日程が前後する場合あり) 電話受付10:00から 来館受付14:00から
			2月									
			3月	7,14,21,28								
2	短期ちびっ子水泳教室 (月・木曜)	未就学児向けの短期教室です。週に2回の教室なのでどんどん上達します。コーチやお友達とプールで楽しく練習しましょう！	2/28 3/3,7,10,14,17,24,28		月・木	16:00-17:00	8回	15人	市内在住・在園の未就学児 (H27.4.2～H30.4.1生れ)	プール	8,000円	インターネット受付 申込期間 2/1～2/7 抽選 2/9(水) ※事前に利用登録が必要です。 財団HP参照
3	短期ちびっ子水泳教室 (水・金曜)		3/2,4,9,11,16,18,23,25		水・金							
4	泳力認定水泳教室③ (月・木曜)	泳力認定級10級以上をお持ちの方対象の教室です。より上位級の取得を目標に、短期間の集中した練習で各種泳法の向上を図ります。	2/28 3/3,7,10,14,17,24,28		月・木	18:00-19:00	8回	15人	泳力認定進級テストの10級以上を取得している小・中学生	プール	8,000円	インターネット受付 申込期間 2/1～2/7 抽選 2/9(水) ※事前に利用登録が必要です。 財団HP参照
5	泳力認定水泳教室③ (水・金曜)	泳力認定級15級～11級をお持ちの方対象の教室です。目標級別のより細かいグループ編成でみっちり練習し、10級の取得を目指します。	3/2,4,9,11,16,18,23,25		水・金	17:00-18:00			泳力認定進級テストの15級～11級を取得している小学生			

■石名坂温水プール

※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。(石名坂温水プール事務所・・・0466-82-5131)

※「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。

(多目的ホール・会議室等教室)

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・方法
1	姿勢改善エクササイズ③ ～コアコンディショニング～	円柱形ボールを用いて体幹部(コア)を本来の自然な状態にリセットします。その他にもインナーマッスルを刺激する様々なエクササイズを通じて正しい姿勢へと導きます。	1/12,19,26 2/2 3/2,9,16 (予備日3/23)	水	10:00-11:30	7回	24人	どなたでも参加できます	多目的ホール	5,600円	窓口来館受付 申込期間 12/8～12/13 公開抽選 12/15(水)
2	骨盤エクササイズ③ 水曜	体の中心である骨盤周りの筋肉を正しい位置に戻すことで、体の歪みを改善していく教室です。体のラインを美しく整えるだけでなく、リラクゼーション効果も期待できます。	1/12,19,26 2/2 3/2,9,16 (予備日3/23)	水	14:30-16:00	7回	24人	どなたでも参加できます	多目的ホール	5,600円	
3	アンチエイジングヨガ③	ヨガがもたらす身体的効果でいつまでも若々しくいませんか？初心者でも分かりやすく、体力に自信のない方でもご参加になれます。	1/13,20,27 2/3 3/3,10,17 (予備日3/24)	木	10:00-11:30	7回	24人	どなたでも参加できます	多目的ホール	5,600円	
4	ボディシェイプヨガ③	筋肉をつけて疲れにくい体作りを目指します。おなか・おしりなどシェイプアップしたい部分にフォーカスし、バランスよく体を引き締めましょう。	1/14,21,28 2/4,25 3/4,11 (予備日3/18)	金	10:00-11:30	7回	24人	女性限定	多目的ホール	5,600円	
5	骨盤エクササイズ③ 金曜	体の中心である骨盤周りの筋肉を正しい位置に戻すことで、体の歪みを改善していく教室です。体のラインを美しく整えるだけでなく、リラクゼーション効果も期待できます。	1/14,21,28 2/4,25 3/4,11 (予備日3/18)	金	13:30-15:00	7回	24人	どなたでも参加できます	多目的ホール	5,600円	
6	リフレッシュナイトヨガ③ ※日程変更(更新済)	ヨガのポーズがもたらす身体的な効能と深い呼吸がもたらす癒して、今日一日の疲れを取り除きませんか？体力に自信のない方でも安心してご参加になれます。	1/14,21,28 2/4,25 3/4,18 (予備日3/25)	金	19:00-20:30	7回	24人	どなたでも参加できます	多目的ホール	5,600円	
7	卓球初級	基礎から学べる卓球教室です。少人数制なので初心者の方が安心してご参加になれます。	1/17,24,31 2/21,28 3/7,14 (予備日3/21)	月	10:00-11:30	7回	14人	どなたでも参加できます	多目的ホール	5,600円	12/8(水) 8:30から先着順 来館受付 ※受講料を徴収いたします
8	はじめての太極拳	美容・健康に効果が高く、体の内側から整えます。緩やかに流れるようからだを使うことで、正しい姿勢が身につきます。少人数制のため初心者の方も安心してご参加になれます。	1/17,24,31 2/21,28 3/7,14 (予備日3/21)	月	13:30-15:00	7回	15人	どなたでも参加できます	多目的ホール	5,600円	

スポーツ大会・イベント等 開催予定

※新型コロナウイルス感染症の影響により、開催内容の変更や開催中止となる場合がございます。また、細心の注意を払ったうえで、開催の可否について判断してまいります。

【秩父宮記念体育館&スポーツ事業担当】

※各イベントとも、詳細については直接施設にお問い合わせください。秩父宮記念体育館 0466-22-5335

No	事業名	事業内容等	実施日	対象者	会場	参加料	申込等
1	第12回湘南藤沢市民マラソン2022	湘南の風になろう！風光明媚な江の島を中心に国道134号を走ります。	1/23(日)		詳細は湘南藤沢市民マラソン特設サイトをご確認ください。 https://shonan-fujisawacity-marathon.jp/		
2	スポーツチャレンジフェスティバルVOL.19	本財団独自のゲーム・スポーツにチャレンジ！家族や仲間たちと楽しい時間を過ごしましょう！	2/11(金祝)	どなたでも参加できます * チーム戦(2~5人)	秩父宮記念体育館	大人 500円 子ども 300円	広報等でお知らせ致します

【秋葉台運動施設】

※各イベントとも、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 秋葉台公園プール 0466-88-1811

No	事業名	事業内容等	実施日	対象者	会場	参加料	申込等
1	湘南藤沢市民マラソン直前！ プレス工業陸上競技部 ランニングクリニック①	湘南藤沢市民マラソン直前対策！プレス工業陸上競技部のトップランナーたちが「ランニング」のノウハウを教えます！	1/10(月祝) 9:30-11:30 ※雨天中止	18歳以上の1km4~7分のペースで3~5kmを続けて走れる方 30人	秋葉台公園	800円	12/19(日) 10:00から先着順 電話受付
2	ノルディックウォーキングⅢ ~小出七福神めぐり散策コース~	茅ヶ崎里山公園からスタート！相州小出七福神が祀(まつ)られている7寺院をめぐる。ご家族やお友達を誘ってお気軽にご参加ください。	1/19(水) 10:00-14:30 ※雨天中止	10km以上歩ける方 20人	茅ヶ崎里山公園 周辺等	800円 ※ポール代金 (現地現金支払いのみ)	1/5 (水) 10:00から先着順 電話受付
	秋葉台フットサル大会 ※新型コロナウイルス感染症の影響により中止	仲間とフットサルを楽しみたい！でも少しだけ勝負にもこだわりたい！というチームのためのピギナーズ大会です。(男女ミックスチーム大歓迎です)	2/6(日)	同大会で1度も優勝したことがない ピギナーズチーム 12チーム	秋葉台文化体育館 第1体育室	1チーム 10,000円	1/8 (土) 10:00から先着順 電話受付
4	ベビスイムDay	赤ちゃんのための特別開放日！水の特性が赤ちゃんの様々な感覚を刺激し、心身の発育・発達を促します。おもちゃや浮き具を自由に使いながら、親子で楽しく水遊び！	3/7(月) 9:30-12:00	6ヶ月~6歳の未就学児とその保護者 (保護者1人に付きお子様2人まで)	秋葉台公園プール	プール入場料のみ	申込不要 実施日時に直接プールへ
5	プレス工業陸上競技部 ランニングクリニック②	藤沢市を拠点にニューイヤー駅伝等で活躍するプレス工業陸上競技部のトップランナーが「ランニング」のノウハウを教えます！	3/19(土) 9:30-11:30 ※雨天中止	18歳以上の1km4~7分のペースで3~5kmを続けて走れる方 30人	秋葉台公園	800円	3/5(土) 10:00から先着順 電話受付

【石名坂温水プール】

※各イベントとも、詳細については直接施設にお問い合わせください。石名坂温水プール 0466-82-5131

No	事業名	事業内容等	実施日	対象者	会場	参加料	申込等
1	障がい者プール開放	入退場自由のプール開放日です。水泳や効果的な水中歩行のアドバイスなども行います。お気軽にお越しください。	2/6(日)	障がい者手帳等の交付を受けている方 及び付き添い・介護にあられる方 事業に興味・関心のある方	プール	無料	申込不要 実施日時に直接プールへ

【泳力認定進級テスト/みらい水泳大会】

※詳細については直接施設にお問い合わせください。秋葉台公園プール 0466-88-1811 八部公園プール 0466-36-1607 石名坂温水プール 0466-82-5131

No	事業名	事業内容等	実施日	対象者	会場	参加料	申込等
1	第25回泳力認定進級テスト	本財団独自の認定基準で泳法を認定致します。自分の泳力・泳形がどのぐらいのレベルであるのかチャレンジしてみましょう！	3/29(火)	高校生以下:120人	石名坂温水プール	500円	【先着順】 3/2 (水) 来館(石名坂・秋葉台・八部)

秩父宮記念体育館 個人使用（有料） 予定表

施設名	場所	開催種目	定員	曜日	実施時間	1月	2月	3月		
メインアリーナ	全面	バドミントン	60	火	9:00~11:00	25	8	22	8	22
	全面	卓球	40		11:00~13:00	25	8	22	8	22
	全面	バウンドテニス	48		13:00~15:00	25	8	22	8	22
	①②	バスケットボール	20		19:00~21:00	25	8	22	8	22
	③④	ソフトテニス	16		19:00~21:00	25	8	22	8	22
武道室	全面	太極拳	28	火	15:00~17:00	25	8	22	8	22
	全面	剣道	28		19:00~21:00	25	8	22	8	22
サブアリーナ	全面	ローリングバレーボール	18	日	9:00~11:00	30	13		20	

《参加対象者》 どなたでも参加できます

《利用料金》 大人：200円 小中学生：100円 ※ローリングバレーボール：無料

《ご来館時のお願い》

- ・入室時およびプレー中以外はマスク等を着用してください。
- ・参加時に検温をさせていただきます。37.5℃以上の場合、ご参加をお控えいただきます。
- ・~~ラケットやシューズ等の貸出は行っておりません。ご自身でご準備の上ご来館ください。~~ ※レンタル再開
- ・冷水器の使用は当面の間、中止させていただきます。
飲料水は蓋の閉まる容器で飲料水をご持参ください。
- ・更衣室の混雑緩和のため、ご自宅等で更衣を済ませてからのご来館にご協力ください。

《ご利用について》

- ・利用制限（定員制）のため、開始30分前から整理券兼チェックリストを配布させていただきます。
(当日のみ有効、1人1枚まで)
配布場所については、1階ロビー等でご案内します。
開始後5分以降の入場はできません。
- ・利用時間の制限（120分）をさせていただきます。
※準備・片付けおよび使用した用具等の消毒時間も含まれます。
- ・参加時には「感染防止策チェックリスト」の項目をご確認いただき、ご署名の上ご提出いただきます。
- ・その他、種目毎に利用制限がございます。詳細は右枠内をご確認ください。

※個人使用中の怪我等については、ご自身で加入している傷害保険等にてご対応ください。

※上記日程は予定です。今後の感染者状況や大会、工事等により変更や休止になる場合がございます。

★ご不便をおかけしますが、ご理解くださいますようお願いいたします。

《各種目における制限について》

○バウンドテニス

- ・感染防止策のため1コートで活動できる人数は4人までとします。
- ・不特定の複数人が同じボールを共有することを禁止します。

○ソフトテニス

- ・不特定の複数人が同じボールを共有すること禁止します。
- ・利用時間途中での参加者のシャッフルは禁止します。

○太極拳

- ・参加者同士の距離は2m四方以上を確保してください。
- ・不特定の複数人が同じ用具を共有することを禁止します。

○卓球

- ・日本卓球協会の感染対策則り、不特定の複数人が同じボールを使用することを禁止します。また複数コートでのボール混在も同様とします。

○バスケットボール

- ・シューティングのみとします。対人練習は禁止します。
- ・不特定の複数人が同じボールを共有することを禁止します。

○バドミントン

- ・日本バドミントン協会の感染防止策に則り、1コートで活動できる人数は4人までとします。
- ・不特定の複数人が同じシャトルを共有することを禁止します。

○ローリングバレーボール

- ・プレー間に手洗いもしくは手指消毒を徹底してください。
- ・参加者同士の距離は2m四方以上を確保してください



秋葉台文化体育館 個人使用 (有料) 予定表

施設名	場所	開催種目	曜日	定員	実施時間	1月			2月			3月		
第1 体育室	全面	卓球	金	60	10:00~12:00	7	21		4	18			18	
	A B	バドミントン		32			14						11	
	C	ソフトテニス		10				28		25				
	A	バドミントン		16										
	B C	ソフトテニス		20										
	A B	卓球	金	40	19:00~21:00	7			4					
	C	ソフトテニス		10			21		18			18		
	A	卓球		20										
	B C	ソフトテニス		20			14	28		25		11		
	全面	バドミントン		48										
第2体育室	バスケットボール	金	20	19:00~21:00		14	28		25		11			

《参加対象者》 どなたでも参加できます

《利用料金》 大人：200円 小中学生：100円

《ご来館時のお願い》

- ・入室時およびプレー中以外はマスク等を着用してください。
- ・参加時に検温をさせていただきます。37.5℃以上の場合、ご参加をお控えいただきます。
- ・~~ラケットやシューズ等の貸出は行っておりません。ご自身でご準備の上ご来館ください。~~ ※レンタル再開
- ・冷水器の使用は当面の間、中止させていただきます。
- ・飲料水は蓋の閉まる容器で飲料水をご持参ください。
- ・更衣室の混雑緩和のため、ご自宅等で更衣を済ませてからのご来館にご協力ください。

《ご利用について》

- ・利用制限（定員制）のため、開始30分前から整理券を兼ねたチェックリストを配布させていただきます。
(当日のみ有効、1人1枚まで)
配布場所については、1階ロビー等でご案内します。
開始後5分以降の入場はできません。
- ・利用時間の制限（120分）をさせていただきます。
※準備・片付けおよび使用した用具等の消毒時間も含まれます。
- ・参加時には「感染防止策チェックリスト」の項目をご確認いただき、ご署名の上ご提出いただきます。
- ・その他、種目毎に利用制限がございます。詳細は右枠内をご確認ください。

※個人使用中の怪我等については、ご自身で加入している傷害保険等にてご対応ください。

※上記日程は予定です。今後の感染者状況や大会、工事等により変更や休止になる場合がございます。

★ご不便をおかけしますが、ご理解くださいますようお願いいたします。

《各種目における制限について》

○卓球

- ・日本卓球協会の感染対策則り、不特定の複数人が同じボールを使用することを禁止します。また複数コートでのボール混在も同様とします。

○バドミントン

- ・日本バドミントン協会の感染対策に則り、1コートで活動できる人数は**6人程度**までとします。
- ・不特定の複数人が同じシャトルを共有することを禁止します。

○ソフトテニス

- ・感染対策のため1コートで活動できる人数は**10人程度**
(片面5人程度)までとします。
- ・不特定の複数人が同じボールを共有すること禁止します。
(利用時間途中での参加者のシャッフルは禁止します)

○バスケットボール

- ・感染対策のため1コートで活動できる人数は20人程度
(片面10人程度)までとします。
- ・シューティングのみとします。対人練習は禁止します。
- ・不特定の複数人が同じボールを共有することを禁止します。



秩父宮記念体育館 弓道場利用区分

曜日 時間	月曜日					火曜日					水曜日	木曜日	金曜日	土曜日					日曜日																																										
	第1	第2	第3	第4	第5	第1	第2	第3	第4	第5				第1	第2	第3	第4	第5	第1	第2	第3	第4	第5																																						
9:00~11:00	弓道 （団体使用）	（施設 休館日 保守点検日）		（団 体 使 用）		弓道 (団体使用)	弓道 (個人使用)	弓道 (団体使用)	弓道 (個人使用)	弓道 (団体使用)	保守点検	弓道 (団体使用)	アーチェリー (団体使用)	弓道	アー フェ リ	弓道	アー フェ リ	弓道	弓道	弓道	アー フェ リ	弓道	アー フェ リ	弓道	弓道																																				
11:00~13:00						アーチェリー (団体使用)	アーチェリー (団体使用)	アーチェリー (団体使用)	アーチェリー (団体使用)	アーチェリー (団体使用)																保守点検	弓道 (団体使用)	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道																		
13:00~15:00						弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)																																		保守点検	弓道 (団体使用)	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道
15:00~17:00						弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)																																																			
17:00~19:00						弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)																保守点検	弓道 (団体使用)	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道																	
19:00~21:00	弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)	保守点検	弓道 (団体使用)	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道																																					

◇注意◇ (土・日曜日は原則「団体使用対象日」です)

- ※新型コロナウイルス感染防止のため、当面の間、団体使用枠に団体貸切が入らなかった場合には休場とさせていただきます。
- ※保守点検…室内・器具の点検のため、ご利用できません。(祝日の場合は翌日)
- ※特別な行事及び工事等により、中止・変更することがあります。

秋葉台文化体育館 弓道場利用区分

曜日 時間	月曜日					火曜日	水曜日	木曜日	木曜日	土曜日					日曜日																																																					
	第1	第2	第3	第4	第5					第1	第2	第3	第4	第5	第1	第2	第3	第4	第5																																																	
9:00~11:00	弓道 （団体使用）	（施設 休館日 保守点検日）		（団 体 使 用）		アーチェリー (団体使用)	保守点検	弓道 (団体使用)	弓道 (団体使用)	弓道	弓道 (個人使用)	弓道	弓道 (個人使用)	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道																																											
11:00~13:00						弓道 (団体使用)																				保守点検	弓道 (団体使用)	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道																					
13:00~15:00						保守点検																																										保守点検	弓道 (団体使用)	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道
15:00~17:00						保守点検																																																														
17:00~19:00						保守点検																				保守点検	弓道 (団体使用)	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道																					
19:00~21:00	保守点検	保守点検	弓道 (団体使用)	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道	弓道																																													

◇注意◇ (土・日曜日は原則「団体使用対象日」です)

- ※新型コロナウイルス感染防止のため、当面の間、団体使用枠に団体貸切が入らなかった場合には休場とさせていただきます。
- ※保守点検…室内・器具の点検のため、ご利用できません。(祝日の場合は翌日)
- ※特別な行事及び工事等により、中止・変更することがあります。

◆この冊子は年間予定です。日程等変更となる場合がございますので、各事業の申込受付日時が近づきましたら「広報ふじさわ」や各施設掲示物、本財団ホームページ等にてご確認ください。

【ホームページ】 <http://f-mirai.jp/>
 【E-mail】 sports@f-mirai.jp

秩父宮記念体育館 弓道場 有料個人使用予定表

(秩父宮記念体育館 ☎ : 0466-22-5335 📠 : 0466-28-5749)

施設名	場所	開催種目	定員	曜日	実施時間	1月			2月			3月		
弓道場	全面	弓道	20	火	9:30~12:30			25		8	22		8	22
	全面	アーチェリー	20	日	13:30~16:30			23			27			27

秋葉台文化体育館 弓道場 有料個人使用予定表

(秋葉台文化体育館 ☎ : 0466-88-1111 📠 : 0466-88-8687)

施設名	場所	開催種目	定員	曜日	実施時間	1月			2月			3月		
弓道場	全面	弓道	20	土	13:30~16:30		8	22		12	26		12	26
	全面	アーチェリー	20	土	13:30~16:30			15		5	19		5	19

《参加対象者》弓道 : 全日本弓道連盟発行の有段者の方
 アーチェリー : 経験者で一定以上の技術がある方

※初めて利用するにあたっては必ず「事前説明」を受けていただきます。詳細は施設までお問い合わせください。

《利用料金》 大人 : 2000円 小中学生 : 1000円

《ご来館時のお願い》

- 入室時およびプレー中以外はマスク等を着用してください。
- 参加時に検温をさせていただきます。37.5℃以上の場合、ご参加をお控えいただきます。
- 用具等の貸出は行っておりません。ご自身でご準備の上ご来館ください。
- 冷水器の使用は当面の間、中止させていただきます。
飲料水は蓋の閉まる容器で飲料水をご持参ください。
- 更衣室の混雑緩和のため、ご自宅等で更衣を済ませてからのご来館にご協力ください。

《ご利用について》

- 利用制限(定員制)のため、開始30分前から整理券兼チェックリストを配布させていただきます。
(当日のみ有効、1人1枚まで)
配布場所については、1階ロビー等でご案内します。
開始後5分以降の入場はできません。
- 利用時間の制限(180分)をさせていただきます。
※準備・片付けおよび使用した用具等の消毒時間も含まれます。
- 参加時には「感染防止策チェックリスト」の項目をご確認いただき、ご署名の上ご提出いただきます。
- その他、種目毎に利用制限がございます。詳細は右枠内をご確認ください。

※個人使用中の怪我等については、ご自身で加入している傷害保険等にてご対応ください。

※上記日程は予定です。今後の感染者状況や大会、工事等により変更や休止になる場合がございます。

★ご不便をおかけしますが、ご理解くださいますようお願いいたします。

《各種目における制限について》

○弓道

- 感染防止策のため射場で活動できる人数は5~6人
(秩父宮6人、秋葉台5人)までとします。
- 射場以外の場所においても参加者同士の距離は2m四方以上確保してください。
- 不特定の複数人が同じ用具を共有することを禁止します。
- 手洗いもしくは手指消毒を徹底をしてください。
※矢拭きタオルは個人で持参してください。

○アーチェリー

- 感染防止策のため射場で活動できる人数は5~6人
(秩父宮6人、秋葉台5人)までとします。
- 射場以外の場所においても参加者同士の距離は2m四方以上確保してください。
- 不特定の複数人が同じ用具を共有することを禁止します。
※当面の間、弓具の貸出も禁止とします。
- 手洗いもしくは手指消毒を徹底をしてください。

★アーチェリーについては、悪天候の場合は中止となります。
微妙な天候の場合は、1時間前に施設へお問い合わせください。