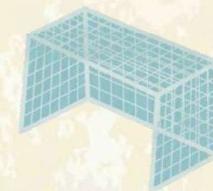


# 2025年度年間スポーツ予定

# みんなのスポーツ



【藤沢市運動施設等指定管理者】



公益財団法人  
藤沢市みらい創造財団

# スポーツ教室事業 開催予定

【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」「抽選」・・・申込受付期間中に受付をおこない、定員を超えた場合は抽選となります。また、「インターネット受付」と記載されている教室は事前に利用登録が必要です。

◆ 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・場所		
1	【月曜】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にしてくれる効果があります。深い呼吸とともに身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。	4月	7, 14, 28	10月	6, 27	月	9:30-10:40	1回	25人	どなたでも参加できます	第2体育室 ※12/1-3/9 第3体育室	500円	申込不要 実施日時に直接来館 (先着順) ※30分前受付開始
			5月	26	11月	10								
			6月	2, 9, 23, 30	12月	1, 8								
			7月	7, 14, 28	1月	5, 26								
			8月	4, 25	2月	2, 9								
9月	1, 8, 22, 29	3月	2, 9, 23, 30											
2	【火曜】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。	4月	1, 8, 15, 22	10月	7, 14, 21, 28	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 ※12/2-3/10 第3体育室	500円	申込不要 実施日時に直接来館 (先着順) ※30分前受付開始
			5月	13, 20, 27	11月	4, 11, 18, 25								
			6月	3, 10, 17, 24	12月	2, 9								
			7月	1, 8, 15, 29	1月	6, 13, 20, 27								
			8月	5, 12, 19, 26	2月	3, 10, 17, 24								
9月	2, 9, 30	3月	3, 10, 17, 24, 31											
3	【火曜】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。	4月	1, 8, 15, 22	10月	7, 14, 21, 28	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	500円	申込不要 実施日時に直接来館 (先着順) ※30分前受付開始
			5月	13, 20, 27	11月	4, 11, 18, 25								
			6月	3, 10, 17, 24	12月	2, 9								
			7月	1, 8, 15, 29	1月	6, 13, 20, 27								
			8月	5, 12, 19, 26	2月	3, 10, 17, 24								
9月	2, 30	3月	3, 10, 17, 24, 31											
4	【水曜】オープン教室 ボディシェイプ ～水曜クラス～	《大人気教室！》エアロビクス世界大会で入賞した専門講師によるストレッチ・エアロビクス・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。	4月	2, 9, 16, 23, 30	10月	1, 8, 15, 22, 29	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 ※12/3-3/11 第1体育室	500円	申込不要 実施日時に直接来館 (先着順) ※30分前受付開始
			5月	7, 14, 21, 28	11月	5, 12, 19, 26								
			6月	4, 11, 18, 25	12月	3, 10								
			7月	2, 9, 16, 23, 30	1月	7, 14, 21, 28								
			8月	6, 13, 20, 27	2月	4, 18, 25								
9月	3, 10, 17, 24	3月	4, 11, 18, 25											
5	【木曜】オープン教室 ヨガベーシック	ヨガの基本ポーズを行い全身のバランスや呼吸を整える教室です。初心者の方でも安心してご参加いただけます。	4月	10, 17, 24	10月	2, 9, 16, 23, 30	木	9:30-10:40	1回	30人	どなたでも参加できます	第3体育室	500円	申込不要 実施日時に直接来館 (先着順) ※30分前受付開始
			5月	8, 15, 22, 29	11月	6, 13, 20, 27								
			6月	5, 12, 19, 26	12月	4, 11								
			7月	3, 10, 17, 24, 31	1月	8, 15, 22, 29								
			8月	7, 21, 28	2月	5, 12, 19, 26								
9月	4, 18, 25	3月	5, 12, 19, 26											
6	【金曜】オープン教室 カラダケアエクササイズ	どなたでもお気軽に参加できる健康維持を目的とした教室です。月毎にテーマを決めて開催します。	4月	10, 17, 24	10月	17, 24	金	11:15-12:15	1回	15人	どなたでも参加できます	第3体育室 ※9/12 第2体育室	500円	申込不要 実施日時に直接来館 (先着順) ※30分前受付開始
			5月	7, 14, 21	11月	7, 14, 21								
			6月	6, 13, 20, 27	12月	5, 12								
			7月	4, 11, 18, 25	1月	9, 16, 23, 30								
			8月	1, 8, 15, 22, 29	2月	6, 13, 20, 27								
9月	5, 12, 19	3月	6, 27											
7	【土曜】オープン教室 バランスヨガ	勤労者の方歓迎！ヨガのポーズを行うことで、体幹部のインナーマッスルが刺激され、全身の活性化につながります。前屈・後屈・側屈・ねじり・バランスなど、様々なポーズを行うことで相乗効果が期待できます！	4月	19, 26	10月	18, 25	土	10:00-11:00	1回	30人	どなたでも参加できます	第3体育室 ※2/14 第2体育室	500円	申込不要 実施日時に直接来館 (先着順) ※30分前受付開始
			5月	3, 24, 31	11月	8, 15, 22								
			6月	7, 14, 21, 28	12月	6, 13, 20								
			7月	5, 12, 19, 26	1月	10, 17, 24, 31								
			8月	2, 9, 16, 23, 30	2月	14, 21								
9月	6, 13, 20	3月	7, 21											
8	【土曜】オープン教室 エンジョイエアロ	音楽に合わせて楽しく体を動かして脂肪燃焼・ストレス発散を目的としたクラスです。運動強度・難易度は少しずつアップしますので、初心者の方でも安心してご参加いただけます。	4月	19, 26	10月	18, 25	土	11:15-12:15	1回	20人	どなたでも参加できます	第3体育室 ※2/14 第2体育室	500円	申込不要 実施日時に直接来館 (先着順) ※30分前受付開始
			5月	3, 24, 31	11月	8, 15, 22								
			6月	7, 14, 21, 28	12月	6, 13, 20								
			7月	5, 12, 19, 26	1月	10, 17, 24, 31								
			8月	2, 9, 16, 23, 30	2月	14, 21								
9月	6, 13, 20	3月	7, 21											

(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」「抽選」・・・申込受付期間中に受付をおこない、定員を超えた場合は抽選となります。また、「インターネット受付」と記載されている教室は事前に利用登録が必要です。

## ◆ 大人向け教室 ◆

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	フラダンスでシェイプアップ&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。	5/7, 14, 21, 28 6/4, 11, 18, 25	水	13:15- 14:45	8回	20人	高校生以上の方	第3体育室	6,700円	インターネット受付 4/1(火)9:00から先着順
2	夜のリフレッシュヨガ①	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。	5/7, 14, 21, 28 6/4, 11, 18, 25	水	19:30- 20:30	8回	20人	高校生以上の方	第3体育室	6,700円	インターネット受付 4/1(火)9:00から先着順
3	ボールエクササイズ	フォームローラーを使用し、マッサージやエク ササイズをおこないます。身体をほぐし整える 1時間です。	5/8, 15, 22, 29 6/5, 12, 19, 26	木	13:45- 14:45	8回	15人	高校生以上の方	第3体育室	6,700円	インターネット受付 4/1(火)9:00から先着順
4	脂肪燃焼エクササイズ①	有酸素運動で楽しくエクササイズ♪ 全身の引き締めを目指します!	5/9, 16, 23, 30 6/6, 13, 20, 27	金	19:30- 20:30	8回	20人	高校生以上の方	第3体育室	6,700円	インターネット受付 4/1(火)9:00から先着順
5	夜のリフレッシュヨガ②	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。	8/20, 27 9/3, 10, 17, 24 10/1, 8	水	19:30- 20:30	8回	20人	高校生以上の方	第3体育室	6,700円	インターネット受付 7/1(火)9:00から先着順
6	はじめての卓球	基礎から教える卓球教室です。基本技術の習得 はもちろん、ラリーやゲームにもチャレンジし ていきます!	9/18, 25 10/2, 9, 16, 23, 30 11/6	木	13:00- 15:00	8回	20人	高校生以上の方	第2体育室	6,700円	インターネット受付 8/1(金)9:00から先着順
7	バドミントン	基礎から教えるバドミントン教室です。基本技 術の習得はもちろん、ラリーやゲームにもチャ レンジしていきます!	10/7, 14, 21, 28 11/4, 11, 18, 25	火	10:00- 12:00	8回	30人	高校生以上の方	第1体育室 AB面	6,700円	インターネット受付 9/1(月)9:00から先着順
8	骨盤底筋体操	骨盤底筋の仕組みを知り、ストレッチポール® ひめトレ、骨盤底うるおい体操、ピラティスな どを取り入れながら、トレーニングをします。	10/9, 16, 23, 30 11/6, 13, 20, 27	木	13:45- 14:45	8回	15人	高校生以上の方	第3体育室	6,700円	インターネット受付 9/1(月)9:00から先着順
9	脂肪燃焼エクササイズ②	有酸素運動で楽しくエクササイズ♪ 全身の引き締めを目指します!	10/17, 24 11/7, 14, 21 12/5, 12	金	19:30- 20:30	7回	20人	高校生以上の方	第3体育室	5,900円	インターネット受付 9/1(月)9:00から先着順
10	夜のリフレッシュヨガ③	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。	1/14, 21, 28 2/4, 18, 25 3/4, 11	水	19:30- 20:30	8回	20人	高校生以上の方	第3体育室	6,700円	インターネット受付 12/1(月)9:00から先着順

※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」「抽選」・・・申込受付期間中に受付をおこない、定員を超えた場合は抽選となります。また、「インターネット受付」と記載されている教室は事前に利用登録が必要です。

※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。

☆就学援助対象教室・・・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。

※当該年度の認定通知書または支払通知書の原本が必要となり、提出できない場合は減額の対象となりません。

(秋葉台文化体育館)

★ 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	湘南ユナイテッドBC バスケットボールスクール 小学1～3年生①	日本プロバスケットボールリーグB3リーグに加盟する湘南発のプロバスケットボールチーム湘南ユナイテッドBCと秋葉台文化体育館との共催によるバスケットボールスクールです。初心者から始められるクラスです。	4/1, 8, 15, 22 5/13, 20, 27 6/3, 10, 17 (予備日6/24)	火	17:05-17:55	10回	16人	小学1～3年生	第2体育室	11,000円	湘南ユナイテッドBCのホームページをご確認ください。 ( <a href="https://shonan-united.com/">https://shonan-united.com/</a> ) 
2	湘南ユナイテッドBC バスケットボールスクール 小学4～6年生①				18:00-18:55		20人	小学4～6年生	第2体育室	11,000円	
3	年長たいそう①	様々な基本動作を経験することで運動神経の発達を促し、総合的な運動能力を高めます。	4/17, 24 5/8, 15, 22, 29	木	15:45-16:45	6回	20人	市内在住・在園の年長児 (H31.4.2～R2.4.1生れ)	第1体育室	5,700円	インターネット受付 申込期間 3/1～3/7 抽 選 3/9 (日)
4	年中たいそう①	様々な基本動作を経験することで運動神経の発達を促し、総合的な運動能力を高めます。	6/5, 12, 19, 26 7/3, 10	木	15:45-16:45	6回	20人	市内在住・在園の年中児 (R2.4.2～R3.4.1生れ)	第1体育室	5,700円	インターネット受付 申込期間 5/1～5/7 抽 選 5/9 (金)
5	小学生かけっこ 3～6年生 ☆就学援助対象教室	今より速く走るためのコツを覚えよう。ミニハードルなどを使用し、正しい走り方を覚えて、ゴールを駆け抜けよう。	6/6, 13, 20, 27	金	17:00-18:15	4回	20人	市内在住・在学の 小学3～6年生	第1体育室	3,900円 ☆就学援助 1,300円	インターネット受付 申込期間 5/1～5/7 抽 選 5/9 (金)
6	小学生 スポーツクライミング体験① 午前の部 3～6年生 ☆就学援助対象教室	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。	6/7, 14, 21	土	10:00-12:00	3回	16人	市内在住・在学の 小学3～6年生	1階ロビー	3,300円 ☆就学援助 1,100円	インターネット受付 5/1 (木) 9:00から先着順
7	小学生 スポーツクライミング体験① 午後の部 3～6年生 ☆就学援助対象教室			土	13:15-15:15	3回	16人	市内在住・在学の 小学3～6年生	1階ロビー	3,300円 ☆就学援助 1,100円	
8	湘南ユナイテッドBC バスケットボールスクール 小学1～3年生②	日本プロバスケットボールリーグB3リーグに加盟する湘南発のプロバスケットボールチーム湘南ユナイテッドBCと秋葉台文化体育館との共催によるバスケットボールスクールです。初心者から始められるクラスです。	7/1, 8, 15, 29 8/5, 12, 19, 26 9/2, 9 (予備日9/30)	火	17:05-17:55	10回	16人	小学1～3年生	第2体育室	11,000円	湘南ユナイテッドBCのホームページをご確認ください。 ( <a href="https://shonan-united.com/">https://shonan-united.com/</a> ) 
9	湘南ユナイテッドBC バスケットボールスクール 小学4～6年生②				18:00-18:55		20人	小学4～6年生	第2体育室	11,000円	
10	夏休み小学生トランポリン体験 1～2年生 ☆就学援助対象教室	普段なかなかチャレンジできないトランポリン!空中で様々な動きをすることでバランス感覚を養います。いっぱいジャンプをして楽しもう!	8/12, 13, 14	火-木	9:00-10:15	3回	20人	市内在住・在学の 小学1～2年生	第1体育室	3,000円 ☆就学援助 1,000円	インターネット受付 申込期間 7/1～7/7 抽 選 7/9 (水)
11	夏休み小学生トランポリン体験 3～6年生 ☆就学援助対象教室				10:45-12:00	3回	20人	市内在住・在学の 小学3～6年生	第1体育室	3,000円 ☆就学援助 1,000円	

(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」「抽選」・・・申込受付期間中に受付をおこない、定員を超えた場合は抽選となります。また、「インターネット受付」と記載されている教室は事前に利用登録が必要です。  
 ※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。  
 ☆就学援助対象教室・・・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。  
 ※当該年度の認定通知書または支払通知書の原本が必要となり、提出できない場合は減額の対象となりません。

★ 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
12	夏休み小学生うんどう 1～2年生 ☆就学援助対象教室	様々なスポーツ・運動が体験できる教室です。 夏休みに友達と楽しく体を動かしましょう！！	8/19, 20, 21	火-木	9:00-10:15	3回	20人	市内在住・在学の 小学1～2年生	第1体育室	3,000円 ☆就学援助 1,000円	インターネット受付 申込期間 7/1～7/7 抽 選 7/9 (水)
13	夏休み小学生うんどう 3～6年生 ☆就学援助対象教室				10:45-12:00	3回	20人	市内在住・在学の 小学3～6年生	第1体育室	3,000円 ☆就学援助 1,000円	
14	小学生かけっこ 1～2年生 ☆就学援助対象教室	今より速く走るためのコツを覚えよう。ミニハードルなどを使用し、正しい走り方を覚えて、ゴールを駆け抜けよう。	8/29 9/5, 12, 19	金	16:15-17:30	4回	20人	市内在住・在学の 小学1～2年生	第1体育室	3,900円 ☆就学援助 1,300円	インターネット受付 申込期間 8/1～8/7 抽 選 8/9 (土)
15	年長たいそう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、総合的な運動能力を高めます。	9/4, 11, 18, 25 10/16, 23	木	15:45-16:45	6回	20人	市内在住・在園の年長児 (H31.4.2～R2.4.1生れ)	第1体育室	5,700円	インターネット受付 申込期間 8/1～8/7 抽 選 8/9 (土)
16	小学生トランポリン体験 1～2年生 ☆就学援助対象教室	普段なかなかチャレンジできないトランポリン!空中で様々な動きをすることでバランス感覚を養います。いっぱいジャンプをして楽しもう!	10/16, 23 11/6	木	17:15-18:15	3回	20人	市内在住・在学の 小学1～2年生	第1体育室	3,000円 ☆就学援助 1,000円	インターネット受付 申込期間 9/1～9/7 抽 選 9/9 (火)
17	湘南ユナイテッドBC バスケットボールスクール 小学1～3年生③	日本プロバスケットボールリーグB3リーグに加盟する湘南発のプロバスケットボールチーム湘南ユナイテッドBCと秋葉台文化体育館との共催によるバスケットボールスクールです。初心者から始められるクラスです。	10/7, 14, 21, 28 11/4, 11, 18, 25 12/2, 9 (予備日1/6)	火	17:05-17:55	10回	16人	小学1～3年生	第2体育室	11,000円	湘南ユナイテッドBCのホームページをご確認ください。 ( <a href="https://shonan-united.com/">https://shonan-united.com/</a> ) 
18	湘南ユナイテッドBC バスケットボールスクール 小学4～6年生③				18:00-18:55		20人	小学4～6年生	※12/2, 9 (1/6) 第1体育室		
19	小学生鉄棒 1～3年生 ☆就学援助対象教室	逆上がりができるように特訓! ポイントを覚えて苦手を克服しよう!	10/17, 24 11/7, 14, 21	金	17:00-18:10	5回	20人	市内在住・在学の 小学1～3年生	第1体育室	4,800円 ☆就学援助 1,600円	インターネット受付 申込期間 9/1～9/7 抽 選 9/9 (火)
20	年中たいそう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、総合的な運動能力を高めます。	11/6, 20, 27 12/4, 11	木	15:45-16:45	5回	20人	市内在住・在園の年中児 (R2.4.2～R3.4.1生れ)	第1体育室	4,800円	インターネット受付 申込期間 10/1～10/7 抽 選 10/9 (木)
21	小学生トランポリン体験 3～6年生 ☆就学援助対象教室	普段なかなかチャレンジできないトランポリン!空中で様々な動きをすることでバランス感覚を養います。いっぱいジャンプをして楽しもう!	11/20, 27 12/4	木	17:15-18:15	3回	20人	市内在住・在学の 小学3～6年生	第1体育室	3,000円 ☆就学援助 1,000円	インターネット受付 申込期間 10/1～10/7 抽 選 10/9 (木)
22	小学生 スポーツクライミング体験② 午前の部 3～6年生 ☆就学援助対象教室	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。	12/6, 13, 20	土	10:00-12:00	3回	16人	市内在住・在学の 小学3～6年生	1階ロビー	3,300円 ☆就学援助 1,100円	インターネット受付 11/1 (土) 9:00から先着順
23	小学生 スポーツクライミング体験② 午後の部 3～6年生 ☆就学援助対象教室			土	13:15-15:15	3回	16人	市内在住・在学の 小学3～6年生	1階ロビー	3,300円 ☆就学援助 1,100円	

(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」「抽選」・・・申込受付期間中に受付をおこない、定員を超えた場合は抽選となります。また、「インターネット受付」と記載されている教室は事前に利用登録が必要です。  
 ※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。  
 ☆就学援助対象教室・・・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。  
 ※当該年度の認定通知書または支払通知書の原本が必要となり、提出できない場合は減額の対象となりません。

★ 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
24	小学生跳び箱 1～3年生 ☆就学援助対象教室	跳び箱開脚跳びが跳べるように特訓！ポイント を覚えて苦手を克服しよう！（開脚跳び5段ま で）	1/9, 16, 23, 30	金	17:00- 18:10	4回	20人	市内在住・在学の 小学1～3年生	第1体育室	3,900円 ☆就学援助 1,300円	インターネット受付 申込期間 12/1～12/7 抽 選 12/9（火）
25	湘南ユナイテッドBC バスケットボールスクール 小学1～3年生③	日本プロバスケットボールリーグB3リーグに加盟 する湘南発のプロバスケットボールチーム 湘南ユナイテッドBCと秋葉台文化体育館との共 催によるバスケットボールスクールです。初心 者から始められるクラスです。	1/13, 20, 27 2/3, 10, 17, 24 3/3, 10, 17 (予備日3/24)	火	17:05- 17:55	10回	16人	小学1～3年生	第1体育室 A面 ※3/17, (3/24) 第2体育室	11,000円	湘南ユナイテッドBCのホームページ をご確認ください。 ( <a href="https://shonan-united.com/">https://shonan-united.com/</a> ) 
26	湘南ユナイテッドBC バスケットボールスクール 小学4～6年生③		18:00- 18:55		20人		小学4～6年生	11,000円			
27	小学生うんどう	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、総合的な運動能力を高めます。	1/22, 29 2/5, 12, 19, 26 3/5, 19	木	17:15- 18:15	8回	20人	市内在住・在学の 小学生	第1体育室	7,500円	インターネット受付 申込期間 12/1～12/7 抽 選 12/9（火）
28	年少たいそう	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。	2/5, 12, 19, 26 3/5, 19	木	15:45- 16:45	6回	20人	市内在住・在園の年少児 (R3.4.2～R4.4.1生れ)	第1体育室	5,700円	インターネット受付 申込期間 12/1～12/7 抽 選 12/9（火）

(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」「抽選」・・・申込受付期間中に受付をおこない、定員を超えた場合は抽選となります。また、「インターネット受付」と記載されている教室は事前に利用登録が必要です。  
 ※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。

★★ 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・場所
1	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・パラシュート遊び、パネルシアター など盛りだくさんの内容です。	5/26 6/2, 9, 23, 30 7/7	月	9:30- 10:30	6回	12組	2～3歳児とその保護者	第3体育室	5,100円	インターネット受付 5/1（木）9:00から先着順
2	未就園児 親子リトミック②	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・パラシュート遊び、パネルシアター など盛りだくさんの内容です。	9/8, 22, 29 10/6, 27 11/10	月	9:30- 10:30	6回	12組	2～3歳児とその保護者	第3体育室	5,100円	インターネット受付 8/1（金）9:00から先着順

■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・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)、登録証発行手続きを行います。		45分	1回	16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	大人500円 中学生200円	事前に電話または来館にて予約
2	健康づくりトレーニング	マンツーマンで指導をさせていただきます。	通年(予約制)	45分程度	1回	1人	トレーニング登録者	トレーニングルーム	1,200円	事前に来館にて予約
3	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	トレーニングルーム	3,000円	事前に電話または来館にて予約
4	体成分測定・印刷	体脂肪率はもちろん腹部肥満率、筋肉量などあなたの体を細かく測定します！自分自身の体と見比べ合わせて、あなたの体に合った運動をしましょう！	通年(随時受付)	10分程度	1回	1人	トレーニング登録者	トレーニングルーム	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

マシントレーニング初心者におすすめ

## 健康づくりトレーニング

秋葉台文化体育館トレーニングルーム

1,200円/1回(45分)  
前後30分トレーニングルーム無料利用



実施前のカウンセリングを基に、お客様の目的に沿ったプログラムを選択しマシントレーニング指導をいたします。  
トレーニング登録講座の受講だけでは「マシンの使い方が不安…」なトレーニング初心者の方、目的別のトレーニングプログラムにご興味がある方、是非ご利用ください。  
皆さまのお申し込みを心よりお待ちしております。

---ご利用手順---

-  トレーニングルーム内受付にて申込  
※2回目以降は電話申込も可能です ※ご予約はおひとり様につき1枠まで  
お申込み
-  実施日については、トレーニングルーム内掲示の予定表ご確認ください
-  受講日当日、体育館受付にて現金支払い  
お支払い
-  ご都合がなくなった場合には、秋葉台文化体育館(0466-88-111)まで必ずご連絡ください。

ご利用手順: カウンセリング → プログラム選択 → トレーニング開始

初心者向けトレーニングプログラム	めざせ! 糖マッチョ(メリハリボディ)プログラム	メタボ対策(体脂肪)プログラム	下半身シェイプアッププログラム
ウエスト引き締めプログラム	シェイプアップ(女性向け)プログラム	二の腕シェイプアッププログラム	美尻(ヒップアップ)プログラム

お一人おひとりに合わせた“マンツーマントレーニング”

## パーソナルトレーニング

秋葉台文化体育館トレーニングルーム

3,000円/1回(60分)  
前後30分トレーニングルーム無料利用

実施前のカウンセリングを基に、お客様の身体の状態やご希望に合わせてメニュー作成・トレーニング指導をいたします。  
減量やダイエットをしたい方はもちろん、腰痛・肩こりがありトレーニング方法にお悩みがある方など、是非ご利用ください。部活動の大会に向け身体づくりをしたい学生さんもお待ちしております★  
皆さまのお申込を心よりお待ちしております

---ご利用手順---

-  トレーニングルーム内受付にて申込  
※2回目以降は電話申込も可能です ※ご予約はおひとり様につき1枠まで  
お申込み
-  実施日については、トレーニングルーム内掲示の予定表ご確認ください  
予約は当月の2ヶ月前から開始します(例)1月分は11月1日開始
-  受講日当日、体育館受付にて現金支払い  
お支払い
-  ご都合がなくなった場合には、秋葉台文化体育館(0466-88-111)まで必ずご連絡ください。

ご利用手順: カウンセリング 体成分測定 → メニュー作成 → マンツーマントレーニング

# 秋葉台

## ポイント2倍DAY

毎月

1日・5日・9日・15日・25日

※対象は、トレーニングルーム・サウナ浴室・プール  
※ポイントカードは、上記対象施設の受付にて配布中です



【秋葉台公園プール】

※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。(秋葉台公園プール・・・0466-88-1811)

※「公開抽選」「抽選」・・・申込受付期間中に受付をおこない、定員を超えた場合は抽選となります。また、「インターネット受付」と記載されている教室は事前に利用登録が必要です。

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	水の特性である浮力や抵抗力を活用し、自身の体力に合わせた負荷をかけられることから、体力に自信のない方や水泳が苦手な方でも気軽にご参加いただける教室です。水の中で体を動かすことで日頃の運動不足を解消しましょう。	4月 8, 15, 22 5月 13, 20, 27 6月 3, 10, 17, 24 7月 8月 9月 30	10月 7, 21, 28 11月 11, 18 12月 2, 9, 16, 23 1月 6, 20, 27 2月 3, 10, 17 3月 3, 17, 24, 31	火	10:30-11:30	1回	20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 9:00から先着順

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 (休館日・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があります) 電話受付8:30から 来館受付14:00から

◆ 大人向け教室 ◆

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	大人水泳教室 マンスリービギナークラス	月ごとにお申込みいただける安心コース。 これから水泳を始めたい方、クロール25mを完泳したい方を対象とした初級クラスです。 楽しくコツをつかみましょう！	4月	水	10:30-11:30	4回	14人	高校生以上の方	プール	4,300円	インターネット受付 毎月1日から翌月分を受付 (R7.4月分は3/15から、 R8.2月分は1/6から) 9:00から先着順
			5月			3回				3,300円	
			6月			4回				4,300円	
			10月			5回				5,300円	
			11月			4回				4,300円	
			12月			4回				4,300円	
			1月			4回				4,300円	
			2月			3回				3,300円	
			3月			3回				3,300円	
2	大人水泳教室 マンスリー平泳ぎクラス	月ごとにお申込みいただける安心コース。 平泳ぎを基礎から練習します。 楽しくコツをつかみましょう！	10月	木	10:30-11:30	5回	7人	高校生以上の方	プール	5,300円	インターネット受付 毎月1日から翌月分を受付 9:00から先着順
			11月			4回				4,300円	
			12月			4回				4,300円	
3	大人水泳教室 マンスリーバタフライクラス	月ごとにお申込みいただける安心コース。 バタフライを基礎から練習します。 楽しくコツをつかみましょう！	1月	木	10:30-11:30	4回	7人	高校生以上の方	プール	4,300円	インターネット受付 毎月1日から翌月分を受付 (2月分は1/6から) 9:00から先着順
			2月			3回				3,300円	
			3月			3回				3,300円	
4	大人水泳教室 ステップアップクラス①	クロール25mを完泳できる方を対象とした中級クラスです。背泳ぎや平泳ぎ、バタフライの習得を目指します。	4/16, 23 5/14, 21, 28 6/4, 11, 18 予備日6/25	水	12:50-14:00	8回	14人	高校生以上の方	プール	7,500円	インターネット受付 申込期間 3/15~3/21 抽 選 3/23 (日)
5	大人水泳教室 ステップアップクラス②	クロール25mを完泳できる方を対象とした中級クラスです。背泳ぎや平泳ぎ、バタフライの習得を目指します。	10/8, 15, 22, 29 11/5, 12, 19, 26 (予備日12/3)	水	12:50-14:00	8回	14人	高校生以上の方	プール	7,500円	インターネット受付 申込期間 9/1~9/7 抽 選 9/9 (火)
6	大人水泳教室 ステップアップクラス③	クロール25mを完泳できる方を対象とした中級クラスです。背泳ぎや平泳ぎ、バタフライの習得を目指します。	1/7, 14, 21, 28 2/4, 18, 25 3/4 (予備日3/18)	水	12:50-14:00	8回	14人	高校生以上の方	プール	7,500円	インターネット受付 申込期間 12/1~12/7 抽 選 12/9 (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)

※「公開抽選」「抽選」・・・申込受付期間中に受付をおこない、定員を超えた場合は抽選となります。また、「インターネット受付」と記載されている教室は事前に利用登録が必要です。

※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。

☆就学援助対象教室・・・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。

※当該年度の認定通知書または支払通知書の原本が必要となり、提出できない場合は減額の対象となりません。

(秋葉台公園プール)

【資格取得講習会】

No	事業名	事業内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込等
1	日本赤十字社 水上安全法救助員Ⅰ養成講習会	日本赤十字社の正規講習会です。 水の事故から命を守るための知識と技術を習得することができる講習会です。合格者には水上安全法救助員Ⅰの資格が付与されます。	9/9, 10, 11, 12	火～金	9:00-17:00	4回	60人	15歳以上で赤十字の募集要件を満たす方。詳しくは赤十字のHPを参照。	屋外プール 体育館 会議室	3,900円	インターネット受付 8/1(金)から先着順
2	日本赤十字社 救急法救急員養成講習会	日本赤十字社の正規講習会です。 緊急時に必要な手当ができるように正しい知識と技術を習得することができる講習会です。合格者には救急法救急員の資格が付与されます。	2/1, 7, 8	土・日	9:00-17:00	3回	30人	15歳以上の方	体育館 会議室	4,500円	インターネット受付 1/6(火)から先着順

★子ども向け年間教室★

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・年長スイム 2025年間クラス	年間を通して実施する水泳教室です。 水慣れから始めて、クロール25mの完泳を目標に練習します。受講料は3ヶ月ごとのお支払いとなります。	4月	15, 22	10月	7, 21, 28	火	16:00-16:45	36回	15人	市内在住・在園の 年中・年長児 (H31.4.2～R3.4.1生れ)	プール	総額37,200円 4～6月分9,300円 7～9月分9,300円 10～12月分9,300円 1～3月分9,300円	インターネット受付 申込期間 4/1～4/7 抽選 4/9(水)
			5月	13, 20, 27	11月	11, 18								
			6月	3, 10, 17, 24	12月	2, 9, 16, 23								
			7月	8, 15, 29	1月	6, 20, 27								
			8月	5, 19, 26	2月	3, 10, 17								
			9月	2, 9, 30	3月	3, 17, 24, (31)								
2	小学生スイム 2025年間クラス ☆就学援助対象教室	年間を通して実施する水泳教室です。 水慣れから始めて、クロール25mの完泳を目標に練習します。受講料は3ヶ月ごとのお支払いとなります。	4月	15, 22	10月	7, 21, 28	火	17:00-18:00	36回	24人	市内在住・在学の小学生	プール	総額37,200円 4～6月分9,300円 7～9月分9,300円 10～12月分9,300円 1～3月分9,300円  ☆就学援助 総額12,400円 各期3,100円	インターネット受付 申込期間 4/1～4/7 抽選 4/9(水)
			5月	13, 20, 27	11月	11, 18								
			6月	3, 10, 17, 24	12月	2, 9, 16, 23								
			7月	8, 15, 29	1月	6, 20, 27								
			8月	5, 19, 26	2月	3, 10, 17								
			9月	2, 9, 30	3月	3, 17, 24, (31)								

(秋葉台公園プール)

※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。(秋葉台公園プール・・・0466-88-1811)

※「公開抽選」「抽選」・・・申込受付期間中に受付をおこない、定員を超えた場合は抽選となります。また、「インターネット受付」と記載されている教室は事前に利用登録が必要です。

※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。

☆就学援助対象教室・・・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。

※当該年度の認定通知書または支払通知書の原本が必要となり、提出できない場合は減額の対象となりません。

★ 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
3	年中・年長スイム マンスリー水慣れクラス	水慣れからバタ足までを中心に練習します。月ごとの申し込みなので初めての水泳教室におすすめです。みんなでレベルアップを目指そう！	10月	土	9:30-10:15	4回	15人	市内在住・在園の 年中・年長児 (H31.4.2~R3.4.1生れ)	プール	4,300円	インターネット受付 毎月1日に翌月分を受付 (2月分は1/6から) 9:00から先着順
			11月			5回				5,300円	
			12月			4回				4,300円	
			1月			4回				4,300円	
			2月			4回				4,300円	
			3月			4回				4,300円	
4	小学生スイム マンスリークロールクラス	クロールの息継ぎを中心に練習します。月ごとの申し込みなので初めての水泳教室におすすめです。みんなでレベルアップを目指そう！	10月	土	10:30-11:30	4回	18人	10秒程度頭を水に入れたままバタ足ができる市内在住・在学の小学生	プール	4,300円	インターネット受付 毎月1日に翌月分を受付 (2月分は1/6から) 9:00から先着順
			11月			5回				5,300円	
			12月			4回				4,300円	
			1月			4回				4,300円	
			2月			4回				4,300円	
			3月			4回				4,300円	
5	年中・年長スイム① 早朝クラス	水慣れからクロールまで、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！	4/19,26 5/10,17,24,31 (予備日6/7)	土	7:45-9:00	6回	15人	市内在住・在園の 年中・年長児 (H31.4.2~R3.4.1生れ)	プール	6,300円	インターネット受付 申込期間 4/1~4/7 抽選 4/9 (水)
6	小・中学生スイム① 早朝クラス ☆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！	4/19,26 5/10,17,24,31 (予備日6/7)	土	7:45-9:00	6回	45人	市内在住・在学の 小・中学生	プール	6,300円 ☆就学援助 2,100円	インターネット受付 申込期間 4/1~4/7 抽選 4/9 (水)
7	小・中学生スイム① 泳力認定クラス ☆就学援助対象教室	日本スイミングクラブ協会の泳力認定員の資格を持ったベテラン職員が指導にあたります。上位級の取得を目指して頑張りましょう。	4/16,23 5/14,21,28 6/4,11,18 (予備日6/25)	水	17:00-18:00	8回	12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	8,300円 ☆就学援助 2,800円	インターネット受付 申込期間 4/1~4/7 抽選 4/9 (水)
8	小・中学生スイム 夏期泳力認定クラス ☆就学援助対象教室	泳力認定進級テストに向けた週2回の短期集中教室です。日本スイミングクラブ協会の泳力認定員の資格を持ったベテラン職員が指導にあたります。上位級の取得を目指して頑張りましょう。	8/6,8,13,15,20,22	水・金	17:00-18:00	6回	12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	6,300円 ☆就学援助 2,100円	インターネット受付 申込期間 7/1~7/7 抽選 7/9 (水)
9	年中・年長スイム② 水曜	水慣れを中心に、プールで楽しく練習する半年間のロングコースです。クラスに分かれてレベルごとに練習します。	10/1,8,15,22,29 11/5,12,19,26 12/3,10,17,24 1/7,14,21,28 2/4,18,25 (予備日3/4)	水	16:00-16:45	20回	15人	市内在住・在園の 年中・年長児 (H31.4.2~R3.4.1生れ)	プール	20,300円	インターネット受付 申込期間 9/1~9/7 抽選 9/9 (火)
10	年中・年長スイム② 木曜		10/2,9,16,23,30 11/6,13,20,27 12/4,11,18,25 1/8,15,22,29 2/5,19,26 (予備日3/5)	木	16:00-16:45	20回	15人	市内在住・在園の 年中・年長児 (H31.4.2~R3.4.1生れ)	プール	20,300円	

(秋葉台公園プール)

※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。(秋葉台公園プール・・・0466-88-1811)

※「公開抽選」「抽選」・・・申込受付期間中に受付をおこない、定員を超えた場合は抽選となります。また、「インターネット受付」と記載されている教室は事前に利用登録が必要です。

※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。

☆就学援助対象教室・・・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。

※当該年度の認定通知書または支払通知書の原本が必要となり、提出できない場合は減額の対象となりません。

★ 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
11	小学生スイム② 水曜 ☆就学援助対象教室	班ごとに水慣れや、けのび、バタ足、クロール、息継ぎの練習をしてクロール25mの完泳を目指します。	10/1, 8, 15, 22, 29 11/5, 12, 19, 26 12/3, 10, 17, 24 1/7, 14, 21, 28 2/4, 18, 25 (予備日3/4)	水	17:00-18:00	20回	12人	市内在住・在学の小学生	プール	20,300円 ☆就学援助 6,800円	インターネット受付 申込期間 9/1~9/7 抽選 9/9 (火)
12	小学生スイム② 木曜 ☆就学援助対象教室		10/2, 9, 16, 23, 30 11/6, 13, 20, 27 12/4, 11, 18, 25 1/8, 15, 22, 29 2/5, 19, 26 (予備日3/5)	木	17:00-18:00	20回	24人	市内在住・在学の小学生	プール	20,300円 ☆就学援助 6,800円	インターネット受付 申込期間 9/1~9/7 抽選 9/9 (火)
13	小・中学生スイム② 泳力認定クラス ☆就学援助対象教室	日本スイミングクラブ協会の泳力認定員の資格を持ったベテラン職員が指導にあたります。上位級の取得を目指して頑張りましょう。	10/1, 8, 15, 22, 29 11/5, 12, 19, 26 12/3, 10, 17, 24 1/7, 14, 21, 28 2/4, 18, 25 3/4, 18 (予備日3/25)	水	17:00-18:00	22回	12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	22,300円 ☆就学援助 7,500円	インターネット受付 申込期間 9/1~9/7 抽選 9/9 (火)
14	年中・年長スイム② 早朝クラス	水慣れからクロールまで、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！	10/4, 11, 18, 25 11/1, 8, 15, 22, 29 12/6 (予備日12/13)	土	7:45-9:00	10回	15人	市内在住・在園の年中・年長児 (H31.4.2~R3.4.1生れ)	プール	10,300円	インターネット受付 申込期間 9/1~9/7 抽選 9/9 (火)
15	小・中学生スイム② 早朝クラス ☆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！	10/4, 11, 18, 25 11/1, 8, 15, 22, 29 12/6 (予備日12/13)	土	7:45-9:00	10回	45人	市内在住・在学の小・中学生	プール	10,300円 ☆就学援助 3,500円	インターネット受付 申込期間 9/1~9/7 抽選 9/9 (火)
16	年中・年長スイム③ 早朝クラス	水慣れからクロールまで、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！	1/10, 17, 24, 31 2/7, 14, 21, 28 (予備日3/7)	土	7:45-9:00	8回	15人	市内在住・在園の年中・年長児 (H31.4.2~R3.4.1生れ)	プール	8,300円	インターネット受付 申込期間 12/1~12/7 抽選 12/9 (火)
17	小・中学生スイム③ 早朝クラス ☆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！	1/10, 17, 24, 31 2/7, 14, 21, 28 (予備日3/7)	土	7:45-9:00	8回	45人	市内在住・在学の小・中学生	プール	8,300円 ☆就学援助 2,800円	インターネット受付 申込期間 12/1~12/7 抽選 12/9 (火)

# スポーツ大会・イベント等 開催予定

【秋葉台運動施設（秋葉台公園）】 ※日程は変更になる場合がございます。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	みらい子どもフェスタ in 秋葉台公園	公園全体を使って、トランポリンやカヌー体験など、子どもが楽しめるイベントをたくさん実施します。 （※カヌー体験のみ事前申込）	5/6(火祝)	どなたでも参加できます	秋葉台公園	無料 (カヌー体験含)	カヌー体験のみ事前申込 インターネット受付 4/15(火)9:00から先着順
	フリーマーケット	フリーマーケット出店者募集！みらい子どもフェスタin秋葉台公園イベントと一緒に盛りあげていただける方を募集します。		一般ブース及び 販売業者ブース(最大8ブース) 合計40ブース。 1団体最大2ブースまで可 ※飲食物の販売は不可		フリマ出店料 一般：2,000円 販売業者：4,000円	4/20(日)9:30から 代表者が来館にて先着順
2	湘南ベルマーレ フットサルクリニック	湘南ベルマーレフットサルクラブ所属の現役Fリーガーが直接指導します！トップレベルの選手と交流が図れる貴重な機会です。	5/25(日)	小学1～6年生 定員50人	秋葉台文化体育館 第1体育室	900円	インターネット受付 4/15(火)9:00から先着順
3	ノルディックウォーキング①	ノルディック専用ポールを利用して歩きます。ご夫婦やお友達を誘ってお気軽に申込ください。おひとり様でのご参加も大歓迎です！	6/10(火)	5～6km程度歩ける方 定員20人	未定	1,000円 ※ポールレンタル代含む (現地現金支払のみ)	電話もしくは インターネット受付 5/1(木)9:00から先着順
4	2025スポーツライミング ホルダーみらぞうカップ	小学生対象に藤沢市初のスポーツライミングの大会を藤沢市山岳・スポーツライミング協会と協同して開催します。	6/22(日)	①小学5・6年生クラス20人 ②小学3・4年生クラス20人	秋葉台文化体育館 1階ロビー	3,000円	インターネット受付 5/1(木)9:00から先着順
5	飛び込みプール開放	飛び込みの練習ができる水深2.5mのプールを開放します。飛び込み台からのスタート練習にご活用ください。付き添いの方も参加料が必要です。 ①②の入れ替え制となっております。	8/1(金)～29(金) 期間中の平日 ①9:30-10:20 ②10:30-11:20	25m以上泳げる 小学生以上のプール入場者 (※小学1～3年生は保護者の付き添いが必要になります)	秋葉台公園屋外プール (サブプール)	200円 (プール入場料別)	申込不要 実施日時に直接プールへ
6	みらい水泳大会 in 秋葉台	1日通して行うプールでの大運動会です！チームで協力して優勝を目指しましょう！！ 夏の思い出作りはみらい水泳大会で決まり！！	8/4(月)	市内在住・在学の小・中学生 150人	秋葉台公園プール	3,000円	インターネット受付 7/1(火)9:00から先着順
7	秋葉台カヌーDay	夏限定のカヌー体験日です。1人乗りのカヌーに乗って、自分の力で流水プールを散策しよう！	8/5(火)～8(金) 8/19(火)～22(金) 12:20-12:50	小学生以上のプール入場者 ※1人で漕げる方に限ります 各日15人	秋葉台公園屋外プール (流水プール)	500円 (プール入場料別)	申込不要 実施日時に直接来館
8	車いすバスケットボール体験	車いすバスケットボールの迫力を間近で感じてみませんか？現役選手のデモンストラーションを見られる他、体験も行います。一般の方も参加できます！	8/11(月祝) ①10:00-12:00 ②13:00-15:00	小学生以上の方 各30人	秋葉台文化体育館 第1体育室	100円	インターネット受付 7/1(火)9:00から先着順
9	第17回 秋葉台キッズアクアスロン	水泳とランニングを続けて行う競技です。選手たちの必死な姿に涙なしでは終われません。 自分の限界に挑戦だ！	8/18(月) 予備日9/15(月・祝)	小学1,2年生:30人 小学3,4年生:30人 小学5,6年生:30人	秋葉台公園屋外プール 秋葉台公園	2,000円	インターネット受付 7/1(火)9:00から先着順
10	秋葉台ベビースイムDay①	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！	9/16(火) 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

## (秋葉台運動施設)

※日程は変更になる場合がございます。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
11	藤沢市民まつり (フリーマーケット出店募集)	公園内で開催される藤沢市民まつりにフリーマーケットを出店してみませんか？一緒に市民まつりを盛り上げましょう！	9/27(土)	一般ブース及び 販売業者ブース(最大8ブース) 合計40ブース。 1団体最大2ブースまで可 ※飲食物の販売は不可	秋葉台公園	フリマ出店料 一般：2,000円 販売業者：4,000円	9/7(日)9:30から 代表者が来館にて先着順
12	ノルディックウォーキング②	ノルディック専用ポールを利用して歩きます。ご夫婦やお友達を誘ってお気軽に申してください。おひとり様でのご参加も大歓迎です！	10/28(火)	5～6km程度歩ける方 定員20人	未定	1,000円 ※ポールレンタル代含む (現地現金支払のみ)	電話もしくは インターネット受付 9/1(月)9:00から先着順
13	アキバ☆マルシェ①	藤沢市キッチンカー事業者連絡協議会や地元の農業事業者と協力したマルシェイベントです。藤沢市障がい者スポーツ連絡協議会が主催する「ふじさわパラスポーツフェスタ2025」同時開催。	11/23(日・祝)	どなたでも参加できます	秋葉台公園	無料	申込不要
14	サイクルチャレンジ藤沢 in秋葉台	プロの自転車レーサーが、楽しくて安全な自転車の乗り方を教えてください。今乗っている自転車で一本橋やスラロームにも挑戦しよう！	11/24(月祝) ※雨天中止	自転車に乗れる未就学児～中学3年生 ※補助輪が取れていること	秋葉台公園 第2駐車場	800円	ウィラースクールジャパン藤沢 ホームページをご確認ください。 ( <a href="http://wsj-fujisawa.pupu.jp">http://wsj-fujisawa.pupu.jp</a> ) 
15	新春！秋葉台公園プール元気祭	活力の源となる『元気』を与えられるイベントを開催します。日頃の感謝を込めて、各種イベントや心肺蘇生法やAEDの体験なども実施します。	1/11(日) 10:00-15:00	どなたでも参加できます	秋葉台公園	無料&50～100円(予定) ※現地でご確認ください	申込不要 実施日時に秋葉台公園へ
16	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！	1/12(月祝)	18歳以上の1km4～7分のペースで 3～5kmを続けて走れる方 定員30人	秋葉台公園	1,000円	12/6(土)13:30から 電話先着順受付
17	ノルディックウォーキング③	ノルディック専用ポールを利用して歩きます。ご夫婦やお友達を誘ってお気軽に申してください。おひとり様でのご参加も大歓迎です！	1/15(木)	5～6km程度歩ける方 定員20人	未定	1,000円 ※ポールレンタル代含む (現地現金支払のみ)	電話もしくは インターネット受付 12/1(月)9:00から先着順
18	アキバ☆マルシェ②	藤沢市キッチンカー事業者連絡協議会や地元の農業事業者と協力したマルシェイベントです。	2/28(土)	どなたでも参加できます	秋葉台公園	無料	申込不要
	フリーマーケット	フリーマーケット出店者募集！アキバ☆マルシェと一緒に盛り上げていただける方を募集します。		一般ブース及び 販売業者ブース(最大8ブース) 合計40ブース。 1団体最大2ブースまで可 ※飲食物の販売は不可	秋葉台公園	フリマ出店料 一般：2,000円 販売業者：4,000円	2/7(土)9:30から 代表者が来館にて先着順
19	秋葉台ベビースイムDay②	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！	3/9(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
20	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！	3/21(土) (調整中)	18歳以上の1km4～7分のペースで 3～5kmを続けて走れる方 定員30人	秋葉台公園	1,000円	2/14(土)13:30から 電話先着順受付

## 秋葉台文化体育館 個人使用 (有料) 予定表

利用料金：大人200円 小中学生100円

☆個人使用に関しては市民活動保険・施設加入の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に注意してご利用ください。

施設名	場所	開催種目	曜日	実施時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	
第1体育室	AB	卓球 (2/3面)	水	9:00~12:00	2 9 16 23	14 21 28	4 11 18 25	2 9 16 23	6 27	3 10 17 24	
	A	卓球 (1/3面)		19:00~21:00	2 9 16 23	7 14 21 28	4 11 18 25	2 9 16 23	6 27	3 10 17 24	
	AB	卓球 (2/3面)	金	9:00~12:00	4 18 25	2 16 23	6 13 20 27	4 11 18 25	1 8	5 12 19	
	C	バドミントン (1/3面) 第2・第4				25		23		11 25	
	C	ソフトテニス (1/3面) 第1・第3		4 18	2 16	6 20	4 18	1	5 19		
	A	卓球 (1/3面)		4 18 25	2 16 23	6 13 20 27	4 11 18 25	1 8 22	5 12 19		
	BC	バドミントン (2/3面) 第2・第4			25		23		11 25		12
	BC	ソフトテニス (2/3面) 第1・第3		4 18	2 16	6 20	4 18	1	5 19		
第2体育室	バスケットボール		19:00~21:00	4 18 25	2 16	6 13 20 27	4 11 18 25	1 8 22	5 12 19		

施設名	場所	開催種目	曜日	実施時間	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
第1体育室	AB	卓球 (2/3面)	水	9:00~12:00	1 8 15 22	5 12 19 26	3 10	7 14 21 28	4 18 25	4 11 18	
	A	卓球 (1/3面)		19:00~21:00	1 8 15 22	5 12 19 26	3 10	7 14 21 28	4 18 25	4 11 18	
	AB	卓球 (2/3面)	金	9:00~12:00		17 24	7 14 21	5 12	9 16 23	6 20 27	6
	C	ソフトテニス (1/3面) 第1・第3				17	7 21	5	16	6 20	6
	C	バドミントン (1/3面) 第2・第4		10:00~12:00		24	14	12	9 23	27	
	A	卓球 (1/3面)			17 24	7 14 21	5 12	9 16 23	6 20 27	6	
	BC	ソフトテニス (2/3面) 第1・第3			17	7 21					
	C	ソフトテニス (1/3面) 第1・第3		19:00~21:00	\			5	16	6 20	6
	BC	バドミントン (2/3面) 第2・第4			24	14	12	9 23	27		
B	バスケットボール (1/3面) 第1・第3	\			5	16	6 20	6			
第2体育室	バスケットボール		19:00~21:00		17 24	7 14 21	\				

《弓道場利用対象者》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。

施設名	場所	開催種目	曜日	実施時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月
弓道場	全面	アーチェリー 第1・第3	土	13:30~16:30	5 19	3 17	7 21	5 19	2 16	6 20
	全面	弓道 第2・第4	土	13:30~16:30		26	10 24	14 28	12 26	9 23

施設名	場所	開催種目	曜日	実施時間	10月	11月	12月	1月	2月	3月
弓道場	全面	アーチェリー 第1・第3	土	13:30~16:30	4 18	1 15	6 20	17	7 21	7 21
	全面	弓道 第2・第4	土	13:30~16:30	11 25	8	13	10 24	14 28	14 28

# トレーニングルーム登録講座 日程表 (2025年度 秋葉台文化体育館)

4月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

※11日(金)12日(土)  
大相撲藤沢場所開催のため休室  
※22日(火)~24日(木)マシン入替のため休室

5月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

※6日(火)  
みらい子どもフェスタ開催のため、駐車場等大変混み合います。

6月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

7月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

8月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

※27日(土)  
藤沢市民まつり開催のため、駐車場等大変混み合います。

10月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

※13日(月祝) スポーツの日無料開放

11月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

12月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

※トイレ改修工事  
15日(月)~19日(金)、22日(月)~27日(土)  
※年末年始の休館日  
12月28日(日)~1月4日(日)

1月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

※年末年始の休館日  
12月28日(日)~1月4日(日)

2月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

3月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

- = 登録講座 (定員: 15人)
- = 休館 (全館保守点検)
- = 休室

- 【月曜日】 13:30~14:15
- 【木曜日】 11:30~12:15
- 【日曜日】 18:15~19:00

- 【水曜日】 11:30~12:15 ★水曜日第4週目は18:15~19:00
- 【土曜日】 13:30~14:15

※講座は事前の予約が必要です。1ヶ月先の日程までが予約できます。  
 ※市内在住・在勤・在学、茅ヶ崎市・寒川町在住の中学生以上が利用できます。  
 ※受講料 大人: 500円 中学生: 200円

# 秋葉台公園-サイクルオープンDay

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	11:00~15:00	20(日)	18(日)	22(日)			21(日)	19(日)	★			15(日)	15(日)

★11月24日(月祝)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。
- 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。

補助輪外しや乗れて間もないお子様にオススメ

自転車に乗れる幼児~小学生にオススメ

市民スポーツデーとは



## サイクルオープンDay



### 参加時の注意事項

サイクルオープン DAY は、広い駐車場を使った子ども達のための「自転車練習」事業です。  
一本橋やスラローム、周回コースなど、レベルに応じて高度な練習もおこなえます。  
ご希望により補助輪外しの指導も実施していますのでお気軽にお声がけください。

- 小学3年生以下の児童は保護者の同伴が必要です。
- ストライダーや子ども用自転車など貸出用(無料)がございますが、数量に限りがございますのでできるだけご自身の自転車をお持ちください。
- 安全のためヘルメット及びグローブ(軍手)は必ず着用をお願いします。
- 参加者及び保護者の責任のもと怪我等には十分にご注意ください
- 雨天時は中止となります。天候が不安定な場合には秋葉台文化体育館までお問合せください。  
公益財団法人藤沢市みらい創造財団のHPにも掲載いたします
- 駐車場は2時間まで無料となります。2時間を超えた場合は有料となります。

藤沢市みらい創造財団 秋葉台運動施設事務所

＼年に1度の交通安全教室／

# 11/24(月祝)

# サイクルチャレンジ

藤沢in秋葉台

市内の各スポーツ施設では、日曜日に大会や競技会等により一般の方々が利用することが難しかった状況を改善するため、月に1度は仲間同士でスポーツが楽しめるよう『市民スポーツデー』を設定しています。『市民スポーツデー』の利用申込等については通常の団体使用と同様ですので、ぜひご利用ください。  
※施設予約には事前に団体登録(藤沢市公共施設予約)が必要です。

