

戸田市スポーツセンター 教室体験してみませんか？



(写真) 親子スキンシップ体操の様子

お気軽にご参加ください！

教室名	実施日	時間	対象	主な内容
親子スキンシップ体操	10/11(火),14(金) 11/11(金),15(火) 12/9(金),12/13(火)	①9:30-10:30 ②10:40-11:40	2-4歳児と保護者	準備体操、かけっこ、ボール、フープ、縄跳び
リラックス体操金	10/14(金) 11/11(金) 12/9(金)	14:00-15:00	60歳以上の男女	ストレッチ、ウォーキング、軽いトレーニング

- ◆ 会場 戸田市スポーツセンター
- ◆ 定員 各回5名(親子体操は1組2名で5組定員)
- ◆ 料金 1回500円(保険料込)
- ◆ 申込方法 **毎月1日～体験会実施日の前々営業日**に当月分の体験会の申込受付をWEBにて行います。
リラックス体操は窓口でも申込可能。先着順受付・市内外問わず申込可能。
(例：10/14の体験会に参加する場合、申込期間は10/1～11 ※10/12が休場日のため)
- ◆ その他 同じスポーツの体験会への参加は、同一年度内において1人につき1回限りとなります。
持ち物についてはホームページ掲載の日程表裏面をご確認ください。
通常教室に体験枠として参加していただきます。
体験料は当日現金にて集金します。
- ◆ 主催 戸田市スポーツセンター
住所：戸田市新曽1286 TEL：048-443-3523



(写真) リラックス体操の様子

R4.10月からR5.3月にかけて実施予定です。1月以降の体験会実施日は決定次第HP等でお知らせいたします。

WEB申込

持ち物・注意事項