



2018年
1月 2月 3月

冬の教室 受付スタート!

募集期間 ▶ 平成29年 11月1日(水)~11月21日(火)

子ども向けメニュー!!
フットサル バレエ ヒップホップ



2018年、旭スポーツセンターの冬の定期教室は全36教室です。詳しい内容はうら面をご覧ください! ▶▶▶▶▶

指定管理者:公益財団法人 横浜市体育協会

横浜市旭スポーツセンター

TEL.045-371-6105 〒241-0011 横浜市旭区川島町1983番地

FAX.045-382-8044 開館時間 平 日:9:00~23:00 休館日 第3月曜日(祝日の場合は翌日) 土日祝:7:30~21:00 年末年始(12/29~1/3)

「横浜市旭スポーツセンター」について詳しくはホームページをご覧ください!

横浜市旭スポーツセンター 検索



キャパデンカwn (C)ゆずぽろ/(公財)横浜市体育協会

正しい姿勢で健康に!!
姿勢測定(C-say)

ひざや腰の痛み・お腹のたるみ、気になりませんか?「姿勢のゆがみ」を改善していつまでも正しい姿勢で、美しく・元気に!!

サンプル

先着順受付中

日時: 11月22日 10:00~12:00 定員: 20名(先着順) 料金: 1,000円(姿勢測定・結果説明とアドバイス)
場所: 旭スポーツセンター内 談話室 時間: 15分程度(測定時間 5分 + 結果説明・アドバイス 約10分)

将棋教室 入門

対象: 小学3~6年生 定員: 10名
時間: 小学3,4年生クラス...16:30~17:30
小学5,6年生クラス...17:45~18:45
場所: 旭スポーツセンター内 談話室
参加料: 各教室3,000円(備忘録代料含む)
申込日: 11月11日(土)14:00~
開催日(各5回): 11月11日(月)・12日(火)・19日(水)・25日(月)・26日(火)

タヒチアンダンス

12:00~12:50

気持ちを表現し伝えるダンスエクササイズです。心身ともに運動療法の効果が期待できます。

対象: 16歳以上 定員: 30名
参加料: 7,040円
開催日(全11回): 1月 11・18・25日
2月 1・8・15・22日 3月 1・8・15・22日

フラメンコ

11:00~11:50

独特のリズムに合わせて、スペインの情緒的なダンスを踊りましょう!

対象: 16歳以上 定員: 20名
参加料: 7,040円
開催日(全11回): 1月 12・19・26日
2月 2・9・16・23日 3月 2・9・16・23日

ひばりエクササイズ

12:00~12:50

美空ひばりの音楽に合わせて全身をくまなく動かしていきましょう!

対象: 16歳以上 定員: 20名
参加料: 6,400円
開催日(全10回): 1月 12・19・26日
2月 2・9・16・23日 3月 9・16・23日

トレーニング室

初めての方も安心です。インストラクターが親切丁寧にご案内します。

3時間 300円 (中学生以下: 100円)

ストレッチタイム開催中! 無料

火・木・土 11:15~11:45
水・金 16:00~16:30

交通案内
相鉄線「二俣川駅」、「鶴ヶ峰駅」下車...徒歩20分
相鉄線「二俣川駅」(南口1番乗り場)から相鉄バス 左近山団地、東戸塚駅他で「左近山第1」下車...徒歩3分
駐車場/有料 50台
2時間...300円
以降30分ごと...50円

