

女声コーラスサークル体験

丁寧な指導のもと、懐かしい名曲を楽しく歌いましょう。

6月25日～7月9日

毎週木曜日 全3回

15:30～17:00

場所：中央本町センター2階 レクホール

対象：16歳以上の女性

定員：20名

料金：無料

窓口 tel net

講師：アンサンブルジエニー（中央本町センター登録団体）

サーズデー・ダンシング！ ～HIP HOP レッスン～

ヒップホップダンスの入門。楽しく踊れるダンスマチックをつくりましょう。

7月2日～9月24日 毎週木曜日

（8月13日除く）全12回

16:10～17:00

場所：中央本町センター2階 第1学習室

対象：5歳～小学生 定員：20名

料金：各6,360円

窓口 tel net

平田農園で農業体験をしよう！ 「じゃがいもの収穫」

野菜作りの基礎知識を学習しながら、旬の野菜を収穫します。

7月5日 日曜日

10:00～12:00

場所：平田農園

対象：4歳～小学生の子どもと保護者

定員：30組 料金：500円

講師：平田利夫

窓口 tel

石鹼カービングサークル体験

初心者でも安心して参加できます。

7月8日、7月22日 各水曜日

13:30～15:30

場所：中央本町センター2階 第2学習室

対象：16歳以上

定員：8名 料金：500円

窓口 tel net

講師：フラワーソープ（中央本町センター登録団体）

申込方法

窓口 tel 電話 ハガキ net インターネット

足立消防署で親子消防官体験

消防服の着用や消防車の乗車など、消防のお仕事を体験します。

6月28日 日曜日

10:00～11:00

場所：足立消防署

対象：3歳～小学生の子どもと保護者

定員：15組 ※保護者1名につき子ども2名まで

料金：無料

窓口 tel

講師：足立消防署員

フライデー・ダンシング！ ～HIP HOP レッスン～ A・B

楽しく踊れるダンスマチックをつくりましょう。

7月2日～9月24日 毎週木曜日

（8月13日除く）全12回

16:10～17:00

場所：中央本町センター2階 第1学習室

対象：5歳～小学生 定員：20名

料金：各6,360円

窓口 tel net

普通救命講習会 「救命技能認定証を取得」

人工呼吸、心臓マッサージ、AEDの使用法を学びます。

7月5日 日曜日

9:00～12:00

場所：中央本町センター2階 レクホール

対象：16歳以上

定員：20名 料金：1,400円

講師：足立消防署員

窓口 tel net

皆さんのご参加、
こころよりお待ち
しております。



日頃より、体育館、トレーニングルームをご利用いただきありがとうございます。

平成27年度「体育館個人利用種目」と「トレーニングルーム指導員予定」のご案内です。

また次回のご利用お待ちしております。

体育館個人利用種目



区分	時間	月	火	水	木	金	第1土	第3土 (無料)	第2日	他 土・日 祝
午前	9:00～12:00	団体	団体	団体	団体	団体	団体	バスケットボール	バスケットボール	団体
午後一	12:30～15:00	団体	団体	(広場) ファミリー テニス	団体	団体	団体	バウンド テニス	卓球	団体
午後二	15:30～18:00	団体	団体	バスケット ボール	団体	団体	卓球	卓球	バドミントン	団体
夜間	18:30～21:00	団体	団体	ビーチボール バー (広場) ※バウンド	団体	団体	ビーチボール バー	バドミントン	卓球 バドミントン バスケット ピーチボ ールバー	団体

・第2日曜日 夜間については、先着順で利用種目が決まります。

・第5水曜日などスポーツ広場がお休みの日は、バウンドテニスの個人利用になります。

《個人利用料金》 大人（高校生から）300円 小人（中学生まで）100円
※70歳以上の方と障がいのある方は使用料が免除になります。
年齢を証明するもの・各手帳などをお持ちください。



トレーニングルーム指導員表



	月	火	水	木	金	土	日
10時～12時			登録			指導員付	
14時～16時			指導員付	指導員付		登録 第2・4	登録 第1・3
19時～21時	登録 第1・3・5			登録		指導員付	

- ・登録については、事前に予約が必要です。お電話ください。
- ・祝日にあたる日は「登録・指導員付」はございません。
- ・指導員付の日は登録できません。
- ・登録と指導員付を同時に行うことはできません。