

2024年度 第2期スポーツ教室のご案内

<2024.10月～12月>

申込期間：9月3日(火)～9月13日(金)

いつも相模原市立市民健康文化センターをご利用いただきありがとうございます。

2024年度第2期「スポーツ教室」のご案内でございます。

今回より「WEB」でのお申込みもご利用いただけます。別紙「WEB申込のご案内」をご参照ください。

■ 第2期教室開講期間 ■

10月29日(火)～12月20日(金) 全8回

■ お申し込み方法 ■

申込期間 9月3日(火)～9月13日(金) ※先着順ではございません

※ 初めてご参加をされる方は、別紙「教室参加案内(注意事項)」を必ずお読みください。

※ 定員を超えてお申し込みがあった場合は抽選となります。抽選に落選した場合のみ、電話にてご連絡をいたします。

① WEBでの申込(1申請につき1教室のお申込み) ※完了まで1度のご来館でOK!

- ・相模原市立市民健康文化センターのHP「第2期スポーツ教室のご案内」内のWEB申込リンクよりお申し込みください。(右記QRコードからもお申込みいただけます)
- ・お申込みいただいた方には「お申込み受付」のメールを送らせていただきます。
- ※お申込み受付メールは「当選」確定を通知するものではありません。
- ※あらかじめ「@mail.graffer.jp」のドメイン指定受信設定をお願いいたします。



↑ 大人スポーツ教室

② 受付での申込

- 「教室申込書」に必要事項を記入いただき、1階プールのフロントまでお持ちください。
- ※申込書はプール受付にてご用意しております。
- ・複数お申し込みの際は、それぞれお申し込みをしてください。



↑ キッズスポーツ教室

■ キャンセル待ち ■

キャンセルがあった場合に限り、キャンセル待ち該当者にご連絡をいたします。
キャンセル待ちの順番は、抽選により決定させていただきます。

■ 入金期間 ■

入金期間 10月15日(火)～10月21日(月) 20:00まで

入金受付場所は **1階総合受付** となります。

【WEB申込の方】入金時に「お申込み受付メール」の確認をさせていただきます。

【受付での申込の方】入金時に「教室申込書」の控えをお持ちください。

- ・現金による決済のみとなります。
- ・期間中にお支払いが確認できない場合はキャンセル扱いになりますので、予めご了承ください。
- ・支払い手続き完了後の教室変更はできません。



第2期スポーツ教室のご案内

火曜日	S-01 いきいき健康	S-02 ヨガ	<p>室内シューズは、靴裏が白または紺色のシューズを推奨します。その他シューズでも裏に「NON MARKING」と明記してあるものは床に傷つきません。</p> <p style="text-align: center;">★協力よろしくお願ひします。</p> 
	山田 菜穂子 講師	畑 砂里 講師	
	65歳以上/定員30名	高校生除く18歳以上/定員30名	
	13:30~14:30	15:00~16:00	
	多目的会議室②	多目的会議室②	
★室内シューズ 心身のリフレッシュができます。初めての方、体力のない方にも最適です。 ¥6,400 [全8回]	★素足 心身のリフレッシュができます。初めての方、体力のない方にも最適です。 ¥6,400 [全8回]		
水曜日	S-03 キッズ体育	S-04 キッズ体育	S-05 キッズ体育
	スポーツプランニングサークル講師	スポーツプランニングサークル講師	スポーツプランニングサークル講師
	4~6歳/定員10名	小学1~2年/定員10名	小学3~4年/定員15名
	15:30~16:15	16:30~17:30	17:45~18:45
	多目的会議室①	多目的会議室①	多目的会議室①
★素足 (必要な方は室内シューズ) ¥8,000 [全8回]	★素足 (必要な方は室内シューズ) ¥8,000 [全8回]	★素足 (必要な方は室内シューズ) ¥8,000 [全8回]	

★マークは各教室で必要な持ち物です。水分やタオルなども各自ご用意ください。

木曜日	S-06 アロマストレッチ	S-07 ヨガ	S-08 姿勢改善 (フレイル予防)
	鈴木 千津 講師	畑 砂里 講師	河崎 明子 講師
	高校生除く18歳以上/定員30名	高校生除く18歳以上/定員30名	高校生除く18歳以上/定員10名
	9:30~10:30	11:00~12:00	13:30~14:30
	多目的会議室②	多目的会議室②	多目的会議室①
★素足 心身のリフレッシュができます。初めての方、体力のない方にも最適です。 ¥6,400 [全8回]	★素足 心身のリフレッシュができます。初めての方、体力のない方にも最適です。 ¥6,400 [全8回]	★室内シューズ 心身のリフレッシュができます。初めての方、体力のない方にも最適です。 ¥6,400 [全8回]	



金曜日	S-09 やさしいエクササイズ	S-10 フラダンス	S-11 フラダンス	S-12 キッズダンス
	鈴木 千津 講師	内田 理砂 講師	内田 理砂 講師	高橋 歩 講師
	高校生除く18歳以上/定員30名	高校生除く18歳以上/定員30名	高校生除く18歳以上/定員30名	小学3~6年生/定員20名
	9:30~10:30	11:00~12:00	13:00~14:00	17:30~18:30
	多目的会議室②	多目的会議室②	多目的会議室②	多目的会議室②
★室内シューズ、マット 朝から心身をリフレッシュして、若々しさを保ちましょう！初めての方にも最適です。 ¥6,400 [全8回]	★素足、筆記用具 (ノート、ペン) 健康増進、シェイプアップ効果が期待できます。最終日には発表会を行います。 ¥6,400 [全8回]	★素足、筆記用具 (ノート、ペン) 健康増進、シェイプアップ効果が期待できます。最終日には発表会を行います。 ¥6,400 [全8回]	★室内シューズ ¥8,000 [全8回]	

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		

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				

WEB申込のご案内



スマホでスポーツ教室の申込手続きができます。

申込受付期間になりましたら、相模原市立市民健康文化センターのホームページ、もしくは教室案内チラシに記載してあるQRコードよりお申し込みください。

①

Grafferアカウントを利用する方

ログインしていただくと、申請書の一時保存や申請履歴の確認ができます。

新規登録またはログインして申請

または

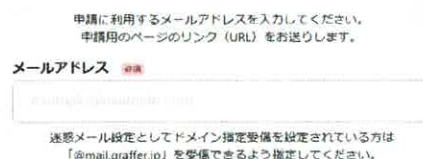


②

Grafferアカウントを利用しない方

メールアドレスの確認のみで申請ができます。
一時保存や申請履歴の確認など一部機能は使えません。

アカウント登録せずにメールで申請



①、②どちらからもお申し込みいただく事ができます。

必要事項入力後に登録いただいたメールアドレスに「お申し込み受付メール」が届きます。
※「お申し込み受付メール」は当選確定の通知ではございません。

これでお申し込みは完了！