

中部スポーツ・コミュニティプラザ 地域スポーツクラブ 開催教室のご案内

通年制▶ お申し込み後、年間を通じてご参加いただけます。
(途中入会・途中退会あり)会費は、月毎のお支払となります。

3ヶ月制▶ 3ヶ月間の期間で開催します。(途中入会あり)
会費は、3ヶ月分を一括で納入いただきます。(10月～12月)

■ 教室/成人通年制(会員・一般) ※通年制の参加料金は1ヶ月毎の支払い

会員	一般	開催教室	曜日	時間	対象者	開催日	定員	月会費(10月分)	
								会員	一般
●	●	ボクシング教室①	日	18:20～19:20	18歳以上	10/4～	15名	3,000円(1,000円×3回)	3,600円(1,200円×3回)

■2026年 10～12月 教室/3ヶ月制(会員・一般) ※参加料金は3ヶ月一括での支払い

会員	一般	開催教室	曜日	時間	対象者	開催日	定員	参加料金	
								会員	一般
●		メノポーズヨガ	火	10:30～11:30	18歳以上	10/6～	12名	12,000円(1,000円×12回)	—
●	●	筋トレ&ストレッチ		12:45～13:45		10/6～	12名	12,000円(1,000円×12回)	14,400円(1,200円×12回)
●		ボディメンテナンスヨガ	水	10:30～11:30		10/7～	12名	12,000円(1,000円×12回)	—
●		成人バドミントン		12:45～13:45		10/7～	12名	12,000円(1,000円×12回)	—
●		ヨガ教室	木	18:30～19:30		10/1～	12名	13,000円(1,000円×13回)	—
●		筋トレ&ストレッチ	金	10:30～11:30		10/2～	12名	13,000円(1,000円×13回)	—
●	●	リラックスヨガ		12:45～13:45		10/2～	12名	13,000円(1,000円×13回)	15,600円(1,200円×13回)
●	●	ストレッチ&体幹トレーニング	日	11:45～12:45		10/4～	12名	12,000円(1,000円×12回)	14,400円(1,200円×12回)

▶NEW! 7月スタート教室 ■ 子ども・シニア教室/通年制(会員・一般) ※会費は1ヶ月毎の支払い

会員	一般	開催教室	曜日	時間	対象者	回数	定員	月会費(10月分)	
●	●	お手軽運動教室	水	9:30～10:30	55歳以上	4回	12名	4,000円(1,000円×4回)	4,800円(1,200円×4回)
●	●	幼児体操		16:15～17:15	3歳～未就学児		8名		

▶NEW! 短期集中(12/3～24) ■ シニア教室/1回制(会員・一般) ※会費は都度払い

会員	一般	開催教室	曜日	時間	対象者	回数	定員	月会費(1回分)	
●	●	お手軽運動教室	木	9:30～10:30	55歳以上	各1回	12名	1,000円	1,200円

2026年10月スタート

3ヶ月制教室

抽選お申込み開始

お申込み方法

往復ハガキに必要事項をご記入の上ご応募下さい。

【往信用 表面】

85円 〒164-0011 中部スポーツ・コミュニティプラザ「教室担当」宛

【返信用 裏面】

お名前 住所

【返信用 表面】

85円 〒000-0000

【往信用 裏面】

①教室名
②曜日・時間
③お名前・ふりがな
④年齢
⑤ご住所
⑥連絡先電話番号
⑦会員番号(一般の方は未記入)

◎回数は曜日・時間によって異なります。

締切日 2026年9月4日(金)必着

結果発表 2026年9月9日(水)以降返信用ハガキにてご案内

当選者手続き期日 2026年9月18日(金)～初回教室開催時まで

※往復はがきの値段が2024年10月より変更になっています。126円→170円

※窓口 に直接お持ちいただく場合は、返信用(ご自身の住所側)にのみ切手を貼ってください。

★応募先 〒164-0011 中野区中央3-19-1中部スポーツ・コミュニティプラザ「教室担当」宛

※ハガキ1枚につき1名様1教室※返信用ハガキの表面に必要事項をご記入ください。※定員を超えた場合は抽選となります。

※空き教室のお申込みは、9月18日(金)より随時先着順にて受け付けます(教室の空き状況につきましては、施設まで直接お問い合わせください)。※各教室は申込み数等の都合により、閉鎖、終了等の場合もございます。※感染症や災害発生時等の状況により、各教室の中止、定員等の変更がある場合もございます。

●ハガキの記入に消せるボールペンは使わないでください。インクジェットハガキをご遠慮ください。

●必要事項の記入漏れは無効とさせていただきますので、ご注意ください。

中部スポーツ・コミュニティプラザ 施設利用案内

◆ 利用時間帯

体育館、屋外運動広場、多目的ルーム ※団体利用

午前枠	午後A枠	午後B枠	午後C枠	夜間枠
9:30～11:30	11:45～13:45	14:00～16:00	16:15～18:15	18:30～20:30

トレーニングルーム ※個人利用

※利用できるのは高校生相当以上となります。
※持ち物:運動ができる服装・屋内シューズ・タオル・飲み物(水分補給用)

午前9時30分～ 午後8時30分

■ 施設利用料金

※中野区在住・在勤・在学の方は、地域スポーツクラブ会員としてご利用いただくことができます。
※照明代別途/2時間800円(屋外のみ)

利用区分	会員料金	一般料金
体育館	3,100円/2時間	6,200円/2時間
屋外運動広場	2,500円/2時間	5,000円/2時間
多目的ルーム	400円/2時間	800円/2時間
トレーニングルーム	50円/1時間	100円/1時間
	100円/2時間	200円/2時間

※表示価格はすべて税込みです

【地域スポーツクラブ会員登録】 地域スポーツクラブの会員(個人、団体)として登録いただく、施設を会員料金で利用することができます。●登録料金/団体会員:1,000円 個人会員:500円 ※有効期間は、登録日から1年間(登録要件)●団体会員/構成員が5人以上で、登録者の全てが小学生以上の方。構成員の半数以上が、中野区在住・在勤・在学の方。18歳以上の代表者が必要です。営利を目的とした活動は行えません。●個人会員/中野区在住・在勤・在学(小学生以上)の方。※登録するにあたり健康保険資格確認書、運転免許証、マイナンバーカードなど住所の記載があるもの又は在勤証明書や社員証、学生証などが必要となります。※区内在学の小学生の方は、証明書類は不要です。※証明書類については、確認後、返却いたします。※トレーニングルーム等を会員料金でご利用される場合は、別途地域スポーツクラブ個人会員登録が必要となります。

通年制	対象:会員、一般	3ヶ月制	対象:会員、一般	子ども 通年制	対象:会員、一般
-----	----------	------	----------	---------	----------

地域スポーツクラブの会員としてご登録いただくと以下の会員対象の教室にお申込みいただくことができます。
●登録料金/個人会員:500円 ※有効期間は、登録日から1年間 ●登録要件/中野区在住・在勤・在学(小学生以上)の方。(証明できるものが必要)

■ 教室/子ども通年制(会員・一般) ※通年制の参加料金は1ヶ月毎の支払い

会員	一般	開催教室	曜日	時間	対象者	開催日	定員	月会費(10月分)	
								会員	一般
●	●	屋外テニス低学年		17:15～18:15	小学1年～3年生	10/6～	16名	4,000円(1,000円×4回)	4,800円(1,200円×4回)
●	●	幼児体育	火	16:15～17:15	3歳～未就学児	10/6～	12名	4,000円(1,000円×4回)	4,800円(1,200円×4回)
●	●	新体操教室(初級)		18:30～19:30		10/6～	15名	4,000円(1,000円×4回)	4,800円(1,200円×4回)
●		小学生バドミントン	水	16:15～18:15	小学生	10/7～	30名	6,800円(1,700円×4回)	—
●		キッズダンス				10/7～	12名	4,000円(1,000円×4回)	—
●		幼児新体操	木	17:15～18:15	3歳～未就学児	10/1～	12名	5,000円(1,000円×5回)	—
●		小学生卓球			小学生	10/1～	14名	5,000円(1,000円×5回)	—
●	●	カン・トレ		18:30～19:30	障害の有無を問わずどなたでも(小学生～成人)	10/1～	15名	5,000円(1,000円×5回)	6,000円(1,200円×5回)
●	●	親子体操		15:00～16:00	1.5歳～3歳未満	10/2～	12組	5,000円(1,000円×5回)	6,000円(1,200円×5回)
●	●	キッズバレエ		16:15～17:15	3歳～小学1年生	10/2～	15名	5,000円(1,000円×5回)	6,000円(1,200円×5回)
●		小学生フットサル	金	16:15～18:15		10/2～	20名	8,500円(1,700円×5回)	—
●	●	ジュニアバレエ		17:15～18:15	小学生	10/2～	15名	5,000円(1,000円×5回)	6,000円(1,200円×5回)
●		小学生体育				10/2～	30名	5,000円(1,000円×5回)	—
●	●	器械体操		18:30～20:30	小学生～中学生	10/2～	20名	8,500円(1,700円×5回)	9,500円(1,900円×5回)
●		幼児サッカー①	土	9:30～10:30	3歳～未就学児	10/3～	20名	5,000円(1,000円×5回)	—
●		幼児サッカー②		10:30～11:30		10/3～	20名	5,000円(1,000円×5回)	—
●	●	こどもキックボクシング		16:15～17:15	小学生	10/3～	15名	5,000円(1,000円×5回)	6,000円(1,200円×5回)

※表示価格はすべて税込みです

抽選後の空き教室申込方法

窓口にて申込書を記入の上、料金をお支払いください。
※お電話での予約・お申込みは行っておりません。
通年制の月会費価格は、1ヶ月分の月会費となります。毎月の月会費は、その月の開催回数により異なります。

注意事項

- ・当選後、初回教室開催時までに支払いがない場合は自動キャンセルとなりますのでご了承ください。
- ・定員になった場合は、欠員が出るまで教室の仮予約をすることが出来ます。
- ・通年制教室は月会費支払いです。途中入会を希望される場合は、その月の残り回数分をお支払いください。
- ・3ヶ月制教室は一括支払いです。途中入会を希望される場合は、残り回数分をお支払いください。
- ・退会を希望される方は月末(教室の最終日)までにお申し付けください。
- ・入金後の返金は出来ませんのでご了承ください。
- ・通年制教室の継続をご希望の方は、前月末までに月会費をお支払いください。
- ・通年制教室は各月初回教室終了日までに入金が無い場合、退会扱いとなりますのでご注意ください。
- ・教室の準備、片付け等も教室時間内に含まれます。