

子どもスポーツ教室

第1期(4月～8月) スポーツ教室

\* 日程は変更の可能性があります

【中央区立総合スポーツセンター】TEL 03-3666-1501

No.	教室名	対象	内容	曜日	回数	料金	時間	4月			5月			6月			7月			8月			場所					
301	ボールでチャレンジキッズ	満4歳以上の未就学児	楽しみながら運動能力を開発するボールプログラムです。運動を通して、こころ・からだ・知育の要素をバランスよく指導し、自発的に運動しようとする子どもを育て、あいさつや集団行動も学べます(小谷弘美・若原睦子)	月	15	¥11,250	15:15～16:00	6	13	27			11	25	1	8	22	29	6	13	27	3		24	31	B1階 卓球場		
302	ボールでチャレンジジュニア	小学1・2年生		月	15	¥11,250	16:15～17:00	6	13	27			11	25	1	8	22	29	6	13	27	3		24	31	B1階 卓球場		
303	親子ハワイアンリズムC(火)1歳半～未就学児と保護者のペア	1歳半～未就学児と保護者のペア	癒し効果のあるハワイアンミュージックやウクレレの音に合わせて親子でリズム活動を行います(303・304 遠藤由美子、鈴木和美)(305 遠藤由美子)	火	5	¥7,500	10:00～10:45			14			12			2		23		7					B1階 第1武道場(畳)			
304	親子ハワイアンリズムC(火)生後6ヶ月～11ヶ月の乳児と保護者	生後6ヶ月～11ヶ月の乳児と保護者		火	5	¥7,500	11:00～11:45			14			12			2		23		7					B1階 第1武道場(畳)			
305	親子ハワイアンリズムD(火)1歳～1歳5ヶ月の乳児と保護者	1歳～1歳5ヶ月の乳児と保護者		火	5	¥7,500	11:00～11:45						28					9		30		14			B1階 第1武道場(畳)			
306	ジュニアヒップホップ火	小学生		人気のHIPHOPやロックダンスを基礎から練習しダンスを通じて基礎体力とリズム感の向上を目指します(矢野)	火	13	¥9,750	17:30～18:15	7	14				12			26		9		30		14			1階 多目的室		
307	親子ハワイアンリズムA(水)1歳半～未就学児と保護者のペア	1歳半～未就学児と保護者のペア	癒し効果のあるハワイアンミュージックやウクレレの音に合わせて親子でリズム活動を行います(遠藤由美子、加藤明香)	水	5	¥7,500	10:00～10:45			8			13			3		24		8					B1階 第1武道場(畳)			
308	親子ハワイアンリズムB(水)1歳半～未就学児	1歳半～未就学児		水	5	¥7,500	10:00～10:45			15					27		10		1		15					B1階 第1武道場(畳)		
309	親子ハワイアンリズムA(水)生後6ヶ月～11ヶ月の乳児と保護者	生後6ヶ月～11ヶ月の乳児と保護者		水	5	¥7,500	11:00～11:45			8					13		3		24		8					B1階 第1武道場(畳)		
310	親子ハワイアンリズムB(水)1歳～1歳5ヶ月の乳児と保護者	1歳～1歳5ヶ月の乳児と保護者		水	5	¥7,500	11:00～11:45			15					27		10		1		15					B1階 第1武道場(畳)		
311	ジュニアヒップホップ木①	小学生	人気のHIPHOPやロックダンスを基礎から練習し、ダンスを通じて基礎体力とリズム感の向上を目指します(矢野)	木	14	¥10,500	17:30～18:15						14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6		27	3階 小体育室
312	ジュニアヒップホップ木②	小学生		木	14	¥10,500	18:30～19:15							14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6		27
313	キッズ空手	4歳以上の未就学児	空手道を通じて、体力と、武道の基本となる礼節を安全に楽しく学びます(瀧川)	金	20	¥15,000	15:00～15:45	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	17	24	31	7	14	28	B1階 第1武道場(畳)
314	ジュニア空手	小学生		金	20	¥15,000	16:00～16:45	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	17	24	31	7	14	28	B1階 第1武道場(畳)

子どもスイミングスクール

No.	教室名	対象	級	曜日	回数	時間	2026年度 子どもスイミングスクール												場所
B1	キンダー	4才～小学2年生	18級～15級	月	3回	15:00～15:45	現在、新規募集はございません 募集開始の際は、HPにてお知らせ致します  2026年 3月 1日～13日まで 施設ホームページにて、空きクラス募集予定 です												B2階 プール
C1	児童初級	小学生以上(幼児は14級以上)	14級～10級			16:00～16:55													
D1	児童中級	小学生以上(幼児は9級以上)	10級～5級			17:00～17:55													
F1	上級	小学生以上(幼児は4級以上)	4級以上			18:00～18:55													
A3	リトル	4才～未就学児	水慣れ～16級	水	4回	14:10～14:55													B2階 プール
B3	キンダー	4才～小学2年生	18級～15級			15:00～15:45													
B4	キンダー	4才～小学2年生	18級～15級			15:00～15:45													
C4	児童初級	小学生以上(幼児は14級以上)	14級～10級			16:00～16:55													
D4	児童中級	小学生以上(幼児は9級以上)	10級～5級	木	4回	17:00～17:55													B2階 プール
F4	上級	小学生以上(幼児は4級以上)	4級以上			18:00～18:55													
B6	キンダー	4才～小学2年生	18級～15級			11:00～11:45													
C6	児童初級	小学生以上(幼児は14級以上)	14級～10級			12:00～12:55													

●インターネットでの申込み①、または窓口での直接申込み②にて申込受付をいたします ※先着ではございません

●申込み期間は、1月28日(水) 昼12時 ～ 2月15日(日) 昼12時 \*期間外の申込は無効です

①申込方法1:インターネット申込み

- ・中央区総合スポーツセンターのホームページ「大人・子ども/スポーツ教室案内」→参加について詳しくはこちら  
↓  
「参加申し込みフォーム」の画面で必要な事項を入力して送信してください
- ・1回のフォーム入力で1教室1名様分の申込が可能です。複数教室ご希望の場合は、ご希望教室毎にフォーム入力が必要です
- ・指定受信などの迷惑メール対策をしている場合は「info@chuo-sports.jp」と「wordpress@chuo-sports.jp」から受信できるように設定をお願いいたします

総合スポーツセンターのスポーツ教室申込みページへ

参加申し込みフォームから手続き



申込みフォーム

へ進み必要情報をご入力+確認+送信ください

②申込方法2:窓口申込み

- ・1F総合受付窓口にごきます「参加申込書」に必要な事項をご記入の上、受付スタッフにお渡しください
- ・受付混雑時はお待ちいただく場合がございます(9:25～10:00は受付窓口が大変混雑しますのでお避け下さい)

●抽選について

- ・各教室定員を超えた場合は抽選し、3月1日(日)までに結果をメール又は電話にてご案内いたします
- ※3月2日(月)を迎えても抽選結果通知がない場合は、総合スポーツセンターまでお問い合わせ下さい
- ・抽選によって決定した番号順に当選連絡、落選した方へはキャンセルが次期、番号順に繰り上げ当選連絡をいたします
- ・同じ教室名の応募は1つまでとさせていただきます。
- 下記対象教室申込みの際は、必ず第1希望教室のみにご応募ください  
対象教室:親子ハワイアンリズム、ジュニアヒップホップ、やさしいはつらつトレーニング、整えヨーガ、かんたんアクア、燃焼エクササイズ
- 重複応募が確認できた場合、抽選対象外扱いとさせていただきますのでご注意ください
- ・時間の重なっている教室のお申込みはおやめください
- ・当選された方は、3月15日(日) 昼12時までに総合スポーツセンター受付にて入金手続きをお願いいたします※入金手続き期間を過ぎた場合は、キャンセル扱いといたします

●2次募集、随時受付について

- ・1次申込み期間以降の受付は、2次募集(3月23日(月) 昼13時締切り抽選)にて定員に空きがある教室を対象に、再度参加募集いたします
- ・2次募集の詳細につきましては、「中央区立総合スポーツセンター」ホームページ及び館内掲示板にてご案内いたします(3月22日(日)中に掲載予定)
- ・2次募集受付終了後、窓口及び電話(14:00頃～)にて随時受付を行います \*先着です

●注意事項

- ・大人スポーツ教室の対象は15歳以上です(中学生参加不可)
- ・参加には事前にお申込みが必要です
- ・体調に不安がある方・通院中の方は、医師の許可を得てからお申込みください。また、妊娠中の方はご参加いただけません
- ・天候不良、社会情勢等のやむを得ない事情、申込数が規定数に達しない場合、日程変更や中止になる場合がございます
- ・子ども教室の対象年齢以外の申し込みは、無効といたします
- ・親子ハワイアンリズム参加料金は、親子2名様分が必要です
- ・当施設ではプライベートレッスンは一切行っておりません
- ・当選された教室は、すべてご参加下さい。キャンセルされた場合は次期以降、他の方を優先的に当選とさせていただきます。

●教室価格変更について

- ・2024年度スポーツ教室から、価格改定の運びとなりました
- ご利用の皆様にはご負担をおかけする事となり、心苦しいかぎりではございますが、何卒、ご理解賜りますようお願い申し上げます

・お客様の個人情報は、教室運営上必要な目的に限り使用し、同意を得ずに、他の目的で使用することや外部等の第三者に情報を提供することは一切いたしません