

生涯学習スポーツ振興課の4月事業予定について

スポーツ関係（生涯学習スポーツ振興課）

	日	曜日	時間	行 事 名	場 所	参加予定者数	
1	27			日本障がい者サッカー連盟（JIFF） インクルーシブ教育プログラム	赤羽小学校	3回	97

生涯学習関係（指定管理者）

別紙のとおり

スポーツ関係（指定管理者）

別紙のとおり

港区スポーツセンター

スポーツセンター教室

第1期(2026年4~7月)募集



申し込み方法の流れ

Step1

港区スポーツセンターHP内の
【各種プログラム】→【スポーツセンター教室事業】ページを開きます。

Step2

申し込みフォームを選択し
【メニュー】にて参加される教室
を選択し、初日を選択します。
※初日を選択していただくと1クール分
まとめた申し込みとなります。

Step3

仮予約完了メールが届いたら完了。
申し込み締切後、当落メールが送信
されます。

1次申込期間

2/21(土)8:30~3/6(金)22:00

当落発表: 締切後、3/17(火)までに順次返信
2次申込: 3/18(水)8:30~3/27(金)22:00まで(先着順)

- ①ご登録の前に、メール設定のご確認をお願いいたします。
メール受信制限をしている方は、「@airrsv.net」のドメインを受信可能にしてください。
- ②申込締切後に当落メールをお送りいたします。
※「minatoku-sports@p-wosh.co.jp」から当落メールをいたします。
上記に合わせて受信可能にしてください。
- ③兄弟での申込みの際は、アドレスを別でお申込みください。
※同じアドレスの場合は、当落メールが兄弟のどちらか分からない場合がございます。お手数ですが当落者の確認をスポーツセンターまでご連絡ください。

- ④支払方法は銀行振込となります。
複数の講座を申込みの場合は、まとめてご入金ください。
- ⑤キャンセルについて
キャンセルは、3/6(金)22:00までに申込み完了メールより行ってください。
3/6(金)22:00以降にキャンセルをされる場合は、スポーツセンターまで電話連絡をお願いします。
※レッスン初回までにご連絡がなく入金確認が取れなかった場合、当選をキャンセルさせていただきます。
申込者全員(当選・キャンセル待ち・落選)に返信メールをお送りいたします。
メールが届かない場合は、スポーツセンターまでお問い合わせください。

予約フォームは
こちら



注意事項

- ・事前に利用規約のご確認をお願いいたします。当選後初日に受付にて同意書の記入をお願いいたします。
- ・電話でのお申込みは受け付けておりません。
- ・教室実施時の撮影・録音等はできません。
- ・必ず「受講証」を受付でご提示ください。
- ・入退場は、教室の前後30分までとなります。
- ・教室以外の場所を利用する場合は、別途利用料金が発生します。

港区スポーツセンター
電話: 03-3452-4151

住所: 東京都港区芝浦1-16-1-みなとぱーく芝浦3F
HP: <http://minatoku-sports.com>



曜日	No	教室名	担当	時間	定員	実施回数	場所	日程	休講日		
火	①	バーオソルピラティス	児玉	11:30~12:30	25名	16	競技場1	4月7日 ~ 7月28日	5月5日		
	②	姿勢改善ストレッチ	GINA	12:45~13:45	25名						
	③	リラックスヨガ	石川	14:00~15:00	25名	15			5月5日・6月30日		
	④	はじめてパワーヨガ	よう	18:15~19:15	25名						
	⑤	はじめてバレエ	宮城	19:30~20:30	25名					5月5日	
水	⑥	ボディメイクヨガ★NEW★	近藤	9:15~10:15	25名	14	多目的室	4月8日 ~ 7月22日	4月29日 5月6日		
	⑦	ピラティス	宮城	10:30~11:30	25名	15		4月8日 ~ 7月29日			
	⑧	はじめてバレエ	渡辺愛	11:45~12:45	16名						
	⑨	ママのボディケア~骨盤調整ヨガ~	齋木	13:00~14:00	25名						
	⑩	ママのボディケア~産後ピラティス~	新井敦子	14:20~15:20	25名						
木	⑪	エイジレスフラ	高橋	12:45~13:45	25名	14	競技場1	4月9日 ~ 7月23日	4月30日 5月7日		
	⑫	ママトレエクササイズ	新井敦子	14:20~15:20	25名	16		多目的室	4月9日 ~ 7月30日	5月7日	
	⑬	ママのボディケア~骨盤調整ヨガ~	齋木	11:45~12:45	25名						
	⑭	ママのボディケア~産後ピラティス~	新井敦子	13:00~14:00	25名						
	⑮	からだ調整ヨガ&アロマ	鈴木	14:15~15:15	25名						
	⑯	ほぐしヨガ	稲垣	18:15~19:15	25名						
	⑰	ベリーダンス	GINA	19:15~20:15	25名		競技場1				
	⑱	バレエ初級	宮城	19:45~20:45	25名						
金	⑲	はじめてバレエ	渡辺愛	9:00~10:00	16名	17	多目的室	4月10日 ~ 7月31日	なし		
	⑳	バレエ初級	渡辺愛	10:15~11:15	16名						
	㉑	ハタヨガ	鈴木	11:30~12:30	25名						
	㉒	マットピラティス	飯田	12:45~13:45	25名						
	㉓	デトックスヨガ	飯田	14:00~15:00	25名						
	㉔	幼児バレエ教室(年中~年長)	渡辺愛	15:15~15:55	8名	16			6月12日		
	㉕	小学生バレエ教室(小1~小6)	渡辺愛	16:00~16:50	10名						
	㉖	チャレンジ跳び箱教室(年長~小1)	西澤	17:00~17:45	6名						
	㉗	リフレッシュピラティス★NEW★	新井敦子	18:00~19:00	25名					17	なし
	㉘	ジャイロキネシス	井上	19:00~20:00	25名					16	
㉙	HIPHOP 🍷	SakiL	19:15~20:15	25名	17	なし					
土	⑳	親子リズム体操(年中~年長)	都平	13:30~14:15	14名	15	多目的室	4月11日 ~ 7月18日	なし		
	㉑	小学生リズムトランポリン教室	都平	14:30~15:15	25名						

注意事項

- ・事前に利用規約のご確認をお願いいたします。当選後、レッスン初回日に受付にて同意書の記入をお願いいたします。
- ・定員数を超えた場合は抽選とさせていただきます。抽選は港区在住の方が優先となります。
- ・年齢制限があるクラスは開催初回日までに満年齢となっていることが条件となります。
- ・同一及び同内容プログラムへの申し込みは参加者1名に対し1クラスの申し込みとなります。複数のクラス申し込みの事実が確認された場合には当選後であっても参加をお断りさせていただきます。尚、返金には対応いたしません。
- ・教室開催期間中に発生したお客様都合によるキャンセルに対してのご返金はいりません。あらかじめご了承ください。

【対象】

- 18歳以上
※医師から運動を禁じられている方、妊娠をされている方はご遠慮ください。
- 「ママのボディケア」は産後1年未満の方が対象です。一緒に参加をされるお子様も1歳未満で1名のみとなります。
- 「ママのボディケア~骨盤調整ヨガ~」「ママのボディケア~産後ピラティス」は水曜日と木曜日の同時申し込みができません。どちらか片方のみお申し込みをお願いいたします。
- 「ママトレエクササイズ」は1歳~2歳のお子様と一緒にご参加していただくレッスンとなっております。

【支払方法】

銀行振込(手数料はお客様負担となります)

※詳細は当落連絡時のメール内容をご確認ください。
当選された方は、3/27(金)までにお振込みいただきますようお願いいたします。

【キャンセル】

3/6(金)22:00までに申込み完了メールより行ってください。
期限を過ぎてのキャンセルはお手数ですが港区スポーツセンターに電話連絡をお願いいたします。
※レッスン初回までにご連絡がなく入金確認が取れなかった場合、当選をキャンセルさせていただきます。

新規クラスの紹介

★ボディメイクヨガ★
水曜日9:15~10:15 近藤 義子

レッスン内容
ボディメイクをメインとしたヨガの教室となります。
程よい筋力トレーニングの要素にヨガを合わせたレッスンとなります。

新規クラスの紹介

★リフレッシュピラティス★
金曜日18:00~19:00 新井 敦子

レッスン内容
夕方方の時間に行う一日分の溜まった疲れをリラックスさせ心身共にスッキリさせるレッスンとなります。