

令和8年度前期スポーツ教室 参加者募集

スポーツ課 ☎ 382-9029 ㊟ 382-9071

教室名	対象	期間	曜日	時間	開催会場	回数	定員	参加料
ソフトバレーボール	一般	4月～9月	月曜日	9:30～11:30	AGF鈴鹿 体育館	12	50	3,000
やさしいヨガ	一般	4月～9月	火曜日	9:30～10:30		15	70	3,500
				10:45～11:45			50	
卓球(火曜日午前)	一般	4月～9月	火曜日	9:30～11:30		15	50	3,500
卓球(火曜日午後)	一般	4月～9月	火曜日	13:30～15:30		15	50	3,500
卓球(水曜日午前)	一般	4月～9月	水曜日	9:30～11:30		15	50	3,500
簡単エアロビック	一般	4月～9月	水曜日	9:15～10:15		15	70	3,500
ヨガ(午前)	一般	4月～9月	水曜日	10:30～12:00		12	70	3,000
ヨガ(午後)	一般	4月～9月	水曜日	13:00～14:30		12	50	3,000
ハンドボール	小学生	4月～9月	水曜日	15:30～17:30		15	30	3,500
バドミントン(夜)	一般	5月～8月	水曜日	19:00～21:00		10	40	2,500
バドミントン(午前)	一般	4月～9月	木曜日	9:30～11:30		15	40	3,500
バレーボール	一般女性	4月～9月	木曜日	9:30～11:30		15	30	3,500
太極拳	一般	4月～9月	木曜日	9:00～10:25		15	30	3,500
				10:35～12:00			30	
健康エアロビクス	一般	4月～9月	金曜日	9:30～10:30		15	70	3,500
リフレッシュ体操	50歳以上	4月～9月	金曜日	13:30～15:00		15	50	3,500
社交ダンス	50歳以上	4月～9月	金曜日	10:30～11:30		15	30	3,500
アンチエイジングヨガ(夜)	一般	4月～9月	金曜日	18:30～19:30		15	30	3,500
テニス	一般	4月～7月	水曜日	9:00～11:00	鈴鹿市立 テニスコート	12	45	3,000
シニアテニス	55歳以上	4月～7月	金曜日	9:00～11:00	12	30	3,000	
弓道(夜)	一般	4月～6月	火曜日	19:00～21:00	鈴鹿市武道 館	12	30	3,000
弓道(午前)	一般	4月～7月	水曜日	9:30～11:30		12	30	3,000
なぎなた	小学生以上	4月～7月	水曜日	19:00～21:00		12	20	3,000 (2,500)
剣道	小・中学生	4月～9月	土曜日	19:00～21:00		20	30	5,500
柔道	小・中学生	4月～9月	土曜日	19:00～21:00		20	30	5,500

申込期間 2月21日(土)～3月5日(木)迄 (2月22日(日)・23日(月)・24日(火)・28日(土)・3月1日(日)を除く) 9時～17時

申込先・問合せ 鈴鹿市スポーツ協会 江島台1-1-1 AGF鈴鹿体育館内2階 ☎ 399-7120

保険料 800円(中学生以下)、2,000円(64歳以下)、1,200円(65歳以上)

※参加料・保険料をご持参ください。複数の教室に参加しても、一人あたりの保険料は変わりません。

※弓道・なぎなた・剣道・柔道のみ鈴鹿市武道館(2月24日(火)を除く9時～20時)でも申込ができます。

※なぎなた教室の参加料は高校生以上3,000円、小・中学生は2,500円です。

※卓球教室及びバドミントン教室の申込は、1教室のみです。

※申込者が定員を超えた際は、令和7年度後期スポーツ教室に参加していない市内在住の方を優先とし、それ以外の方で抽選します。

※申込期間を過ぎての受付は、別途手数料が発生する場合があります。

※申込者が定員を大幅に下回るときは、教室を中止する場合があります。

※子ども同伴での参加は、ご遠慮ください。

令和8年度前期ウォーキング・スロージョギング教室参加者募集

スポーツ課 ☎ 382-9029 📠 382-9071

医科学の知識を持った専門家が、基礎知識や実践を交えて指導します。

対象 50歳以上の方

◆ウォーキング教室

とき:5月26日(火)～7月14日(火) (全8回)9:30～11:30

◆スロージョギング教室

とき:5月29日(金)～7月17日(金) (全8回)9:30～11:30

※令和8年度前期の開催は講師都合により全8回となりますが、後期は14回を予定しております。

※天候等により中止する場合があります。日程は変更になる場合があります。

ところ:AGF鈴鹿陸上競技場

講師:深間内 誠さん(ふかまうち まこと:鈴鹿回生病院スポーツ医学センター・健康運動指導士)

北村 綱為さん(きたむら つねゆき:鈴鹿回生病院スポーツ医学センター・健康運動指導士)

定員:各50人(申し込みが多数の際は抽選となる場合があります)

参加料:各2,000円(別途保険料が必要です。参加料と保険料を持ってお申し込み下さい。)

保険料:2,000円(64歳以下)、1,200円(65歳以上)

申込期間:2/21(土)～3/5(木)迄 (2月22日(日)、23日(月)、24日(火)28日(土)、3月1日(日)を除く)9時～17時

申込・問合せ先:鈴鹿市スポーツ協会(江島台1-1-1 AGF鈴鹿体育館内2階(☎399-7120))