



一般・会員どちらもご参加いただけます

冬季軽運動 教室



開催日 ※下記日程よりお選び下さい							対象	時間	場所	定員	料金
2025年12月							幼児	15：30～16：30	大会議室	各10名	各1,200円
日	月	火	水	木	金	土	小学1～3年生	16：30～17：30			
		16	17		19		小学4～中学生	17：30～18：30			
		23	24		26						



なわとび練習表を使用したなわとびの練習や
ラダー(縄ばしご)を使ったアジリティー(敏捷性)など
楽しく、体力や体幹が向上する運動を行います。



申し込み方法	注意事項
① 11月23日(日)10：00から申込開始します。 ② QRコードを読み取り、申込フォームにて申し込みを行って下さい。 ③ TAC 東村山スポーツセンター受付で入金を行い申し込み完了となります。	・欠席された場合でも返金できません。ご了承ください。 ・お電話・直接来館でのお申し込みはできません。 ・お支払い後にキャンセルする場合は、参加教室の1週間前までにご連絡をお願いいたします。それ以降のキャンセルについては返金できません。予めご了承ください。

