



第2期スポーツ教室開催案内

◎対象
18歳以上
(高校生はのぞく)

◎申込期間 ☆複数申込可☆
8月1日(土)～8月15日(土)
※往復ハガキは当日消印有効

◎参加料
教室初回日に納入してください
※原則返金いたしません

◎抽選
定員を超えた場合、
教室システムにて抽選します

◎子ども預かり

テニスE教室は「大垣市ファミリー・サポート・センター事業」を活用して、隣接する
幼児体育室及び館内にてお子様を預かっていただけます。

- ◇利用料金…1,400 円／回
※体育連盟から1,050 円／回補助をしますので、個人負担は、350 円／回です。
- ◇兄弟でのご利用はできません。
- ◇ご利用を希望する方は、メールにてご連絡ください。
その他、詳しい内容やご利用方法は、右のQRコードからご確認ください。

一時保育内容
QRコード



◎その他

- ①健康に不安のある方は、かかりつけの医師に相談のうえ、お申し込みください。
- ②天候や会場及び講師等の都合により、やむをえず開催日・会場を変更する場合があります。
- ③定員に満たない教室については、締め切り後も随時受付いたします。
- ④定員を著しく下回る場合、教室の開催を見送らせていただくことがあります。
- ⑤次の場合には、電話またはメールにて体育連盟までご連絡ください。
 - ・利用者 ID やパスワードを忘れた場合
 - ・登録後に住所や連絡先、メールアドレスを変更した場合
- ⑥「岐阜県健康・スポーツポイント事業」です。
＜お問い合わせ：市保健センター (75-2322)＞

◎申込方法〈1〉

《インターネット(PC・スマホ)で申し込み》 ※ハガキでの結果通知は届きません。

【申込手順】

- ①右の QR コードを読み取る。
または大垣市体育連盟ホームページにアクセスし、スポーツ教室申込はこちらから を選択。
- ②申込登録 を選択。
- ③検索 を選択。ご希望の教室名を選択し、一番下の 申込 を選択。
- ④個人登録 が済んでいる方は、利用者 ID とパスワードを入力後、ログインしてお申し込み完了です。
なお、未登録の方は、新規作成 を選択して、氏名・住所など必要事項を入力すると登録申込みが完了します。
その後、登録したメールアドレスに利用者 ID とパスワードが届きますので、大切に保存してください。

【メールが届かない場合】

登録したメールアドレスが間違っていないか、または、迷惑メールフォルダに入っていないかを確認のうえ、大垣市体育連盟までご連絡ください。
なお、迷惑メールフォルダにも入っていない場合、パソコンからのメールを受信拒否されている可能性がありますので、設定の確認・受信ができるよう再設定をお願いいたします。

【結果通知について】

メールアドレスを登録されている方のみ、20日午前中に当落のメールが届きます。登録していない方は、20日以降にホームページにアクセスして、ご自身でご確認ください。

◎申込方法〈2〉

《窓口で申し込み》 ※ハガキで結果を通知(20日ごろ発送)します。

★大垣市総合体育館 ★大垣城ホール ★大垣市武道館 ★上石津総合体育館の4施設にて、
備え付けの申込用紙に必要事項をご記入ください。
1つの教室につき、両面白紙の官製ハガキ1枚(※広告入り・かもめーる・年賀は不可)または
ハガキ代 85円 をご用意ください。

＜窓口で新たに個人登録する場合＞

身分の証明できる物をお持ちいただき、個人登録書に必要事項をご記入ください。
利用者 ID・パスワードを記載したカードを後日郵送します。
※窓口では、個人登録システム料として 200円 をいただきます。

◎申込方法〈3〉

《往復ハガキで申し込み》 ※既に個人登録し、数字6桁の利用者 ID をお持ちの方のみ。

- ※1枚の往復ハガキで、1つの教室の申し込みとなります。
- ※返信用ハガキの表や裏面には、何も記入しないでください。

～表面～

～裏面～

往復ハガキの書き方	往信	〒503-0006 大垣市加賀野 4-62 大垣市体育連盟 スポーツ教室係	何も記入しないで ください。
-----------	----	--	-------------------

返信	◎利用者ID (数字6けた) ◎ 教室名 (正式名称) ◎ 氏名 ◎ 電話番号	何も記入しないで ください。
----	--	-------------------



教室システム
QRコード



キャンセル待ちの対応について

落選された方を対象に再抽選し、キャンセル待ちの順番を決定いたします。
キャンセルが出た場合、順に体育連盟からご連絡いたします。

※キャンセルの連絡がなかった場合は、対応ができませんので、ご了承ください。

※教室開催後にキャンセルが出た場合、キャンセル待ちの対応はいたしません。

詳しい申し込み方法は
こちらから
ご確認ください。

申込方法
QRコード



☆ Instagram やっています☆

体育連盟の Instagram では、
大垣市のスポーツ情報を発信・
紹介しています。
下のQRコードを読み取って
いただきフォローよろしくお願いします。



OGAKI_TAIREN



＝スポーツ教室に関する連絡・お問い合わせ＝
〒503-0006 大垣市加賀野4丁目6番地
大垣市総合体育館内
公益財団法人 大垣市体育連盟事務局
TEL 0584-78-1122
HP <https://www.ogaki-tairen.jp/>
E-mail s-school@ogaki-tairen.jp
本連盟あて Eメール用 QRコード





令和8年度 第2期スポーツ教室 開催のご案内

主催：公益財団法人大垣市体育連盟
後援：大垣市、大垣市教育委員会

区	No.	種目	期間	曜	時間	会場	定員	回数	参加料	内容		持ち物等 / 【講師名】			
一般	1	テニスA	9/1 ～ 11/24	火	19:00～21:00	大垣市総合体育館	40	8	4,400円	基本技能の習得と簡単なゲーム 【初心者可】		ラケット・上靴【登坂・田中】			
	2	テニスB	9/11 ～ 11/20	金				8	4,400円			ラケット・上靴【橋本・藤井】			
	3	テニスC	9/15 ～ 12/1	火		大垣城ホール	25	8	4,400円	基本・応用的技能の習得と簡単なゲーム 【経験者】		ラケット・上靴【上野】			
	4	テニスD	9/4 ～ 11/20	金				8	4,400円			ラケット・上靴【崎原】			
	5	テニスE	9/15 ～ 12/1	火	9:00～11:00	大垣市総合体育館	40	8	4,000円	基本技能の習得と簡単なゲーム 【初心者可】 (子ども預かり提供) ※詳細は表面へ		ラケット・上靴【福島・山本】			
	6	テニスF	9/9 ～ 11/25	水		大垣城ホール	25	10	5,000円	基本・応用的技能の習得と簡単なゲーム 【経験者】		ラケット・上靴【西村】			
	7	テニスH	9/15 ～ 12/1	火	13:00～15:00	大垣市総合体育館	25	8	3,600円	基本技能の習得と簡単なゲーム 【初心者】					
	8	テニスI	9/18 ～ 12/4	金				10	4,500円						
	9	テニスJ	9/14 ～ 11/16	月			40	8	3,600円	基本技能の習得と簡単なゲーム 【初心者可】			ラケット・上靴【小椋・加賀見】		
	10	テニスL	9/2 ～ 11/25	水				10	4,500円	ゲームを想定した攻守の対応力などの技術 の習得 【中級者】		ラケット・上靴【小椋・清水】			
	11	レディーステニス	9/15 ～ 12/1	火	11:00～13:00	大垣市総合体育館	25	8	4,000円	ゲームを中心とした実践の中での戦術的・ 応用的技能の習得 【経験者】		ラケット・上靴【福島・山本】			
	12	バドミントンA	9/1 ～ 12/1	火	19:00～21:00		45	8	4,800円	基本技能の習得と簡単なゲーム 【初心者可】		ラケット・上靴【渡部・可児】			
	13	バドミントンB	9/1 ～ 12/1		13:00～15:00		36	8	4,800円			ラケット・上靴【可児・横尾】			
	14	しなやかヨーガ	9/1 ～ 12/1	火	18:30～20:00	サンワーク大垣	65	12	5,400円	深い呼吸と全身を大きく動かしてリフレッシュ		バスタオル等敷物【福田】			
	15	からだ調整ヨーガ	9/4 ～ 12/4	金	10:00～11:30	荒崎地区センター	30	10	4,500円	身体の凝りをほぐし、左右の歪みを調整		バスタオル等敷物【福田】			
	16	セラピーヨーガA	9/2 ～ 11/18	水	10:00～11:30	大垣市武道館	85	10	4,500円	呼吸法とストレッチでリフレッシュ		バスタオル等敷物【市田】			
	17	セラピーヨーガB	9/2 ～ 11/18		13:30～15:00			6	2,700円						
	18	心と体の健康ヨーガA	9/14 ～ 11/30	月	9:15～10:45	宇留生地区センター	35	8	3,600円			バスタオル等敷物【駒形】			
	19	心と体の健康ヨーガB	9/14 ～ 11/30		11:00～12:30			8	3,600円						
	20	スリム健康体操	10/1 ～ 12/3	木	9:15～10:45	大垣城ホール	大垣市武道館	8	3,600円	ストレッチ・エアロビクス体操などで健康づくり		上靴・バスタオル等敷物【川瀬】			
	21	レディースエクササイズ	9/16 ～ 11/25	水	10:00～11:30	サンワーク大垣		40	8	3,600円	リズムミカルなエクササイズなどで健康づくり ※ソフトジムボール(1,300円程)を使います。注:1		上靴・ヨガマット【押田】		
	22	スリムシェイプアップ	9/2 ～ 12/9			大垣市武道館		60	12	5,400円	ストレッチ体操など手軽にできるエクササイズ		バスタオル等敷物【村瀬】		
	23	シェイプスタイルアップ	9/3 ～ 12/10	木	13:30～15:00	サンワーク大垣		40	12	5,400円	有酸素運動や筋カトレーニングなどを組み合わせた エクササイズ		上靴・バスタオル等敷物【村瀬】		
	24	ピュアエクササイズ	9/7 ～ 12/7	月	10:00～11:30	綾里地区センター	35	11	4,950円	キレイな姿勢維持に役立つエクササイズ(素足) ※ソフトジムボール(1,760円程)を使います。注:1		バスタオル等敷物【村瀬】			
	25	ボーンピラティス&ステップⅠ	9/3 ～ 11/26	木	18:30～20:00	大垣市武道館	25	12	5,400円	骨を緩めるシンプルなエクササイズ&ピラティスと、 脂肪燃焼のステップエクササイズ ※「脂肪&凝り取り体操」から名称変更		ヨガマット・ストレッチポール 又はバスタオル・上靴【西脇】			
	26	ボーンピラティス&ステップⅡ	9/3 ～ 11/26		13:30～15:00			12	5,400円						
	27	ソフトバレエ	9/10 ～ 11/26		13:00～15:00	大垣市総合体育館	30	8	3,600円	基本技能の習得と簡単なゲーム 【初心者可】		上靴【遠藤】			
	28	民なで踊ろう	9/5 ～ 11/14	土	9:30～11:30	北地区センター	35	10	4,500円	全国の民踊を楽しく踊りながらの健康づくり 【初心者可】		【竹中】			
親子	29	おとうさんといっしょⅠ	9/5 ～ 11/28	土	9:15～10:45	大垣市武道館	15組	6	3,000円	※お子様2歳～4歳くらい	リズムにのって 親子体操、ボール、 リング、マット、 パラシュート等 (消毒済) で体力づくり	上靴不要【浅野】			
	30	おとうさんといっしょⅡ	9/5 ～ 11/28		11:00～12:30			6	3,000円	※お子様3歳～6歳くらい					
	31	わんぱく体操A	9/3 ～ 11/19	木	10:00～11:30			10	5,000円	※お子様2歳～5歳くらい					
	32	わんぱく体操B	9/7 ～ 12/7	月				10	5,000円						
壮年 (40歳以上の男女)	33	ラージボール卓球Ⅰ	9/4 ～ 11/27	金	9:00～11:00	大垣城ホール	60	10	4,500円	基本技能の習得と簡単なゲームでの健康づくり 【初心者可】		ラージボール用ラケット・ 上靴【栗田・大谷】			
	34	ラージボール卓球Ⅱ	9/2 ～ 11/4	水	9:00～11:00	大垣市総合体育館	32	8	3,600円			ラージボール用ラケット・ 上靴【森川】			
	35	うきうき体操	9/30 ～ 12/2		9:15～10:45	大垣城ホール	35	8	3,600円	椅子・ふろしきを使った運動や、レクリエーションなど で健康づくり		バスタオル等敷物・上靴・ ふろしき(タオル)【葛本】			
	36	いきいき体操	10/1 ～ 12/3	木	13:30～15:00			8	3,600円	ストレッチ・簡単なエアロビクスなどで健康づくり		バスタオル等敷物・上靴 【亀山】			
	37	リフレッシュ体操	9/4 ～ 12/11	金	9:00～10:30	サンワーク大垣	40	12	5,400円	椅子やタオル等を使った体操で健康づくり		上靴・1mほどのタオル・ バスタオル【村瀬】			
	38	はつらつ体操Ⅰ	9/29 ～ 12/8	火	9:30～11:00	大垣城ホール	35	8	3,600円	手具を使った簡単な体操やコグニサイズ(エクサ サイズと脳トレ)を取り入れた体操で健康づくり ※ソフトジムボール(1,400円程)を使います。注:1		バスタオル等敷物・上靴 【丹羽】			
	39	はつらつ体操Ⅱ	9/3 ～ 12/3	木		綾里地区センター		11	4,950円			バスタオル等敷物【丹羽】			
	40	貯筋体操	9/2 ～ 12/9	水		川並地区センター	30	11	4,950円	筋力運動、有酸素運動、ストレッチングを椅子・ ボールなどを使い、音楽に合わせて健康づくり ※ソフトジムボール(1,400円程)を使います。注:1					
	41	わくわく体操1	9/7 ～ 11/2	月		13:30～15:00	大垣市総合体育館	50	7	3,150円	ストレッチなど手軽にできる体操で健康づくり		上靴・バスタオル等敷物【高橋】		
	42	わくわく体操2	9/3 ～ 11/12	木	大垣市武道館		25	10	4,500円	※ソフトジムボール(1,400円程)を使います。注:1		上靴・バスタオル等敷物【久保】			
	43	アンチエイジング体操	9/7 ～ 12/7	月	13:30～15:00		大垣市武道館	25	10	4,500円	呼吸を意識して自分の身体と向き合い、より丁寧 な動的ストレッチ等で柔軟性を高め、姿勢改善・アン チエイジングを目指す		ヨガマット又はバスタオル等敷物 【浅野】		
	44	いきいきヨーガ	9/7 ～ 11/30				大垣市武道館	60	10	4,500円	深い呼吸とやさしい動きでリフレッシュ		バスタオル等敷物、 テニスボール(貸出有)【福田】		
	45	若返り体操	9/5 ～ 11/7	土	9:00～10:30	北地区センター	40	6	2,700円	自力整体で心身の老化予防、タオルなどの道具を 使った体操で健康づくり ※専用の運動用具4点を使用します。		バスタオル等敷物・1mほどのタ オル・用具代1,200円(初参加の方) 【虫賀】			
	46	はじめての太極拳	9/5 ～ 12/5			大垣市武道館	25	10	4,500円	24式太極拳を中心に、呼吸を意識してゆったりとし た動作で健康づくり 【初心者大歓迎！】		上靴・バスタオル等敷物【川瀬】			

※ 注:1 既にソフトジムボール(サイズ:26cm)をお持ちの方は、教室にお持ちください。
※ テニスE(一時預かりのみ)、親子教室以外はお子様連れ不可です。

※No.1～No.11は硬式テニスです。
※複数の教室にお申し込み可能です。