令和８年度第３期スポーツ教室開催案内

複数の教室に申込できます

◎ 参加対象　１８歳以上（高校生は除く）
◎ 申込期間　**１１月１日（日）～１１月１５日（日）　※往復ハガキは当日消印有効**
◎ 参加料　教室の初回日に納入してください。　**※原則返金いたしません。**
◎ 抽選　定員を超えた場合は、教室システムにて抽選します。

◎キャンセルについて

ご都合により教室に参加できなくなった場合、必ずキャンセルの手続きを行ってください。
【キャンセル手続き方法】※いずれかの方法でお願いします。
1.講座検索・予約サービスシステムからご自身で行う。
2.体育連盟に電話する。
①教室名　②利用者 ID　③お名前　をご連絡ください。

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し、キャンセルが出た場合はこちら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。

◎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）＞

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。
左のQRコードを読み取っていただきフォローをお願いします。
OGAKI_TAIREN

◎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。

教室システム QR コード

【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、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20日ごろに発送します。

＜申し込みができる施設＞　4施設
★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
・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。

往復ハガキの書き方

～表　面～

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。

～裏　面～

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

＝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６２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

～おしらせ～

●令和9年度から、教室申し込みのシステムが変わります。

●すでに登録していただいている方も *再登録* が必要です。

●詳しくは第3期スポーツ教室開講式時にてお知らせ、および令和9年度第1期スポーツ教室開催案内（本チラシ）に掲載いたします。

令和8年度　第3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	12/22 ～ 3/16	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	12/11 ～ 3/5	金				9	4,950円		ラケット・上靴【橋本・藤井】
	3	テニスC	教　室　数　調　整　の　た　め　、　中　止　し　ま　す　。								
	4	テニスD	12/25 ～ 3/12	金	19:00～21:00	大垣城ホール	25	10	5,500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【崎原】
	5	テニスE	1/5 ～ 3/16	火	9:00～11:00	大垣市総合体育館	40	7	3,500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	12/16 ～ 3/10	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	体　育　館　空　調　工　事　の　た　め　、　中　止　し　ま　す　。								
	8	テニスI									
	9	テニスJ	12/14 ～ 3/1	月	13:00～15:00	大垣市総合体育館	40	9	4,050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	12/16 ～ 3/3	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	1/5 ～ 3/16	火	11:00～13:00		25	7	3,500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	1/5 ～ 3/16	火	19:00～21:00	大垣城ホール	45	7	4,200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・可兒】
	13	バドミントンB	1/5 ～ 3/16		13:00～15:00	大垣市総合体育館	36	7	4,200円		ラケット・上靴【可兒・横尾】
	14	しなやかヨーガ	1/19 ～ 3/16	火	18:30～20:00	サンワーク大垣	65	8	3,600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-ガ	1/8 ～ 3/5	金	10:00～11:30	荒崎地区センター	30	7	3,150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	1/6 ～ 3/17	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	1/6 ～ 3/17		13:30～15:00			6	2,700円		
	18	心と体の健康ヨーガA	1/18 ～ 3/8	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	1/18 ～ 3/8		11:00～12:30			8	3,600円		
	20	スリム健康体操	12/24 ～ 3/11	木	9:15～10:45	大垣城ホール		9	4,050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	1/6 ～ 3/3	水	10:00～11:30	サンワーク大垣	40	9	4,050円	リズ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	1/6 ～ 3/10			大垣市武道館	60	8	3,600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	1/7 ～ 3/11	木	13:30～15:00	サンワーク大垣	40	9	4,050円	有酸素運動や筋力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	1/4 ～ 3/8	月	10:00～11:30	綾里地区センター	35	9	4,050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	12/17 ～ 3/4	木	18:30～20:00	大垣市武道館	25	10	4,500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	12/17 ～ 3/4		13:30～15:00			10	4,500円		
	27	ソフトバレー	体　育　館　空　調　工　事　の　た　め　、　中　止　し　ま　す　。								
	28	民なで踊ろう	12/12 ～ 2/27	土	9:30～11:30	北地区センター	35	9	4,050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	1/16 ～ 3/20	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	1/16 ～ 3/20		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	1/7 ～ 3/18	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	1/18 ～ 3/15	月				9	4,500円		
壮年（40歳以上の男女）	33	ラージボール卓球Ⅰ	1/8 ～ 3/12	金	9:00～11:00	大垣城ホール	60	9	4,050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	3/3 ～ 3/31	水	9:00～11:00	大垣市総合体育館	32	5	2,250円		ラージボール用ラケット・上靴【森川】
	35	うきうき体操	12/23 ～ 3/17		9:15～10:45	大垣城ホール	35	10	4,500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	12/24 ～ 3/11	木	13:30～15:00			10	4,500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	1/8 ～ 3/12	金	9:00～10:30	サンワーク大垣	40	10	4,500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	1/5 ～ 3/9	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	1/7 ～ 3/11	木		綾里地区センター		7	3,150円		バスタオル等敷物【丹羽】
	40	貯筋体操	1/6 ～ 3/17	水		川並地区センター	30	9	4,050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	3/1 ～ 3/29	月		大垣市総合体育館	50	4	1,800円	ストレッチなど手軽にできる体操で健康づくり ※ソフトジムボール(1,400円程)を使います。注:1	上靴・バスタオル等敷物【髙橋】
	42	わくわく体操2	12/17 ～ 3/4	木		大垣市武道館	25	10	4,500円		上靴・バスタオル等敷物【久保】
	43	アンチエイジング体操	1/18 ～ 3/15	月	13:30～15:00	大垣市武道館	25	9	4,050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	ﾖｶﾞﾏｯﾄ又はﾊﾞｽﾀｵﾙ等敷物【浅野】
	44	いきいきヨーガ	1/18 ～ 3/15			大垣市武道館	60	9	4,050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、ﾃﾆｽﾎﾞｰﾙ（貸出有）【福田】
	45	若返り体操	12/19 ～ 2/20	土		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。	ﾊﾞｽﾀｵﾙ等敷物・1mほどのﾀｵﾙ・用具代1,400円（初参加の方）【虫賀】
	46	はじめての太極拳	12/26 ～ 3/13		9:00～10:30	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。