

秋開講の教室の募集が始まります！

あらかわ遊園スポーツハウス 令和7年度出張スポーツ教室 定期制教室募集のご案内

令和7年9月開講(全12回)

締切 令和7年7月31日 まで(必着)



お問合せ

あらかわ遊園スポーツハウス

〒 116-0011

東京都荒川区西尾久 8-3-1

☎ 03-3800-7333

あらかわ遊園スポーツハウス 令和7年度出張スポーツ教室《9月開講分・募集要項》

1 申込方法 全教室が抽選申込の対象となります。下記のいずれかの方法でお申し込みください。

来 館	普通はがきをご持参の上、直接施設へご来館いただき、お申し込みください。
電 子 申 請	下記URLまたは二次元コードから荒川区ホームページの「スポーツ教室募集」ページをご確認ください。ページ内に掲載されたリンクより、電子申請受付画面へお進みいただき、説明内容をよくご確認くださいの上、お申し込みください。 https://www.city.arakawa.tokyo.jp/a017/sport/shisetsuriyou/kyousitsubosyu.html 
往復はがき	下記【往復はがきの記入内容】を参考に記入の上、郵送にてお申し込みください。

2 申込受付期間

申込方法	申込受付期間
来 館	令和7年7月16日(水) 10時 ~ 7月31日(木) 19時30分
電子申請	令和7年7月16日(水) 10時 ~ 7月31日(木) 23時59分
往復はがき	令和7年7月16日(水) ~ 7月31日(木) 必着

【往復はがきの記入内容】

《往信用表面》 〒116-0011 荒川区西尾久8-3-1 あらかわ遊園スポーツハウス定期制教室一次募集担当宛

《往信用裏面》 ①教室名 ②曜日・時間 ③参加者氏名（フリガナ） ④生年月日（西暦）・年齢・性別 ⑤住所 ⑥電話番号 ⑦荒川区在住等の確認

《返信用表面》 参加される方の返信先・氏名

1 1 6 0 0 1 1 あらかわ遊園スポーツハウス 一次募集担当 宛 荒川区西尾久8-3-1 【往信用 表面】	氏 名 参加される方の返信先(住所) 【返信用 裏面】
氏 名 参加される方の返信先(住所) 【返信用 表面】	氏 名 参加される方の返信先(住所) 【往信用 裏面】

【募集抽選について】

- ・はがきで申込される場合（来館及び郵送）は、ボールペンで記入してください。（消せるボールペンは使用不可）
- ・はがき1枚につき1名様1教室のみ申し込み可能です。
- ・申込が定員に達した場合は抽選となります（荒川区在住、在勤、在学（園）の方が優先となります。）。
- ・ベビー体操Bをご希望の方は、お子様のお名前でお申し込みください。
- ・来館で申込される場合は、普通はがきをお持ちの上、応募期間までに1階フロントにてお申し込みください。

【抽選結果】

- ・抽選後、当選に関する結果は8月5日（火）に、返信用はがきの発送を予定しております。
- ・電子申請の方は、8月7日（木）に荒川区ホームページ及び館内掲示にて結果を公表いたします。
個別通知は行いませんのでご注意ください。また、電話での当選可否の問い合わせはご遠慮いただいております。

【当 選 後】

- ・当選された方は、8月8日（金）から8月21日（木）までにご来館の上、入金等の手続きをお済ませください。
※区内在住・在勤・在学（園）の方は、それぞれの証明書類をご持参ください。
- ・当選されなかった方はキャンセル待ちとなります。キャンセル待ち番号は忘れずに保管及び記録しておいてください。

【二次募集について】

- ・定員に満たない教室の空き状況の開示は、8月22日（金）に行います。
- ・二次募集は、8月24日（日）11時から、電話受付のみによる先着順となります。
- ・お申し込み後、8月30日（土）までにご来館いただき、お手続きをお済ませください。

【注意事項】

- ・応募定員より大幅に申込が少ない場合は、やむを得ず中止になることがございます。
 - ・当選された方は期限内にご来館の上、申込・入金（6回分）手続きを行ってください。完了されていない場合は当選を無効とさせていただきますのでご注意ください。
 - ・二次募集以降の定員に満たない教室は、9月1日（月）からご来館による先着順で受付を行います。
- ※9月以降は仮設管理事務所での受付となる予定です。

◆出張スポーツ教室◆

- ・受講料は以下開催期間の6回分を一括前納制となります。
- ・対象学年・年齢は令和7年9月30日時点
- ・あらかわ遊園（ふれあいハウス）には更衣室はございませんので、動きやすい服装でお越しください。

中学生以下

教室名	曜日	時間	定員	対象	受講料 (6回分)	開催日	内容	会場
ベビー体操B	月	午前9時45分 ～10時45分	8組	3ヶ月～1歳 半乳児と親 (各1名)	5,400円	【第1回納入分】 9/8・29、10/20、11/10、12/1・15 【第2回納入分】 1/19、2/2・16、3/9・23・30	抱っこ紐を使い、保護者の方がお子さんを抱いて踊ります。親子のスキンシップや寝かしつけにもなるダンスです。	あらかわ遊園 (ふれあいハウス)
キッズダンス	金	午後3時45分 ～4時45分	16名	4歳～未就学児	2,400円	【第1回納入分】 9/12・26、10/10・31、11/14・28 【第2回納入分】 1/16・30、2/13・27、3/13・27	ダンスの基礎をみっちり行う初心者向けのクラスです。	

一 般

教室名	曜日	時間	定員	対象	受講料 (6回分)	開催日	内容	会場
フレイル予防 体操B	水	午前9時45分 ～10時45分	16 名	60歳以上の 男女	3,600円	【第1回納入分】 9/10、10/8・22、11/12・26、12/3 【第2回納入分】 12/17、1/14・28、2/25、 3/11・25	筋力低下防止、脳トレ等 の体操を組み合わせるフ レイル（介護が必要とな る状態の前段階）を予防 します。	あらかわ遊園 (ふれあいハウス)
トータル ボディメイクB	木	午前9時45分 ～10時45分	16 名	中学生以下を 除く男女		【第1回納入分】 9/11・25、10/9・23、11/13・27 【第2回納入分】 1/15・29、2/12・26、3/12・26	エアロビクスで体を温 め、ピラティスなど様々 な動きを取り入れたクラ スです。	
健康体操	木	午後2時15分 ～3時15分	16 名			【第1回納入分】 9/11・25、10/9・23、11/13・27 【第2回納入分】 1/15・29、2/12・26、3/12・26	ツボ刺激や姿勢矯正で体 と心を内面から整えてい く体操です。	
ヨガ	金	午前9時45分 ～10時45分	16 名			【第1回納入分】 9/12・26、10/10・31、11/14・28 【第2回納入分】 1/16・30、2/13・27、3/13・27	呼吸法と様々なポーズに よって心身ともにスッキ リさせ、コンディショ ンを整えます。	
太極拳 (初級・中級)	金	午後2時15分 ～3時15分	16 名			【第1回納入分】 9/12・26、10/10・31、11/14・28 【第2回納入分】 1/16・30、2/13・27、3/13・27	太極拳の基礎を学んだ方 向けのレベルアップクラ スです。	

直接ご来館されて「教室一次募集」の抽選をお申し込みの方へ

このページを切り取り、応募する教室名等をご記入の上、

普通郵便はがき（宛先に参加者のお名前とご住所を記入）と一緒にフロントへご提出ください。

①ご希望の教室名	
②曜日・時間	
③参加者氏名（フリガナ）	
④生年月日（西暦）・年齢・性別	年 月 日生（ ）歳（男・女）
⑤住 所	〒 —
⑥電話番号	
⑦荒川区在住等の確認	区内在住 ・ 区内在勤 ・ 区内在学（園） ・ 区外 区内在勤、在学（園）の方は、勤務先名又は学校名と住所をご記入ください 勤務先名・学校名 【 】 勤務先・学校の住所 【 】

●ご提出時に、普通郵便はがき 1 通をご持参ください。

参加者のお名前とご住所を宛名部分にご記入の上、ご持参及びご提出ください。

抽選結果をご持参いただいたハガキに記載して、スポーツハウスよりご返送いたします。

あらかわ遊園スポーツハウス