

# 西東京市スポーツセンター 8月より一部教室再開のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、再開を見合わせておりました教室を8月より一部再開させていただきます。  
なお、再開する教室は、教室時間や定員・参加方法を変更しております。

## ①当日参加レッスン(都度払い)

料 金…1回300円

参加方法…教室30分前にチェックシート(整理券)をお渡しします。

利用券と一緒に会場にご提出ください。(9:10の教室は、8:45にチェックシート配布開始)

## ②オープンクラス(都度払い)

料 金…1回500円

参加方法…教室30分前にチェックシート(整理券)をお渡しします。

利用券と一緒に会場にご提出ください。

## ③月会費制カルチャー教室(当面の間、都度払いとさせていただきます。)

料 金…1回710円

参加方法…教室30分前にチェックシート(整理券)をお渡しします。

利用券と一緒に会場にご提出ください。

(注)武道場の教室参加を希望のお客様はスポーツセンターにて事前にチケットをご購入下さい。

## 最大定員変更に関して

第1体育室**80名⇒50名** 第2体育室**40名⇒20名** 会議室**25名⇒10名**に変更しております。

\*一部、教室の規模により、変更の無い教室もございます。

## 教室時間の変更に関して

61分以上の教室⇒**60分** 60分の教室⇒**45分**に変更しております。

## 「今後に関して」

当日参加レッスン・オープンクラス・月会費制カルチャースクールに関しては、当面の間、上記のルールで実施致します。

支払い方法に関しては、新型コロナウイルスの感染状況を考え、都度払いとなります。

各教室に関する詳細は、裏面をご覧ください。

HP又はFacebookにも随時、情報を更新しておりますので、ご確認をお願い致します。

< 施設HP >

<https://www.shisetsu-nishitokyo.jp/index.htm>

< Facebook >

<https://www.facebook.com/nishitokyoshi.SPORTS/>

< QRコード >



①当日参加レッスン

レッスン名	曜日	時間	定員	対象	料金
初めてエアロビクス	月	9:10～10:10	50名	15才以上 (中学生は除く)	300円/1回
エアロビクス初中級		10:40～11:40			
健康体操		13:30～14:15			
	木	13:30～14:15			
初めてエアロビクス	金	9:10～10:10			
エアロビクス中上級		10:40～11:40			

②オープンクラス

レッスン名	曜日	時間	定員	対象	料金	
月曜の太極拳	月	10:00～10:45	10名	15才以上 (中学生は除く)	500円/1回	
アロマヨガ		18:30～19:15	10名			
火曜の太極拳	火	9:30～10:15	10名			
火曜のバレトン		9:30～10:15	20名			
気功		10:45～11:30	10名			
初めてヨガ①		12:30～13:15	10名			
初めてヨガ②		13:45～14:30	10名			
ストレッチヨガ ※武道場		水	9:15～10:00			25名
骨盤エクササイズ			9:40～10:25			10名
水曜のZUMBA®	9:40～10:25		20名			
水曜のバレトン	10:45～11:30		10名			
バレエストレッチ	14:00～14:45		20名			
水曜のピラティス	15:45～16:30		20名			
木曜のヨガ	木	18:30～19:15	20名			
バーチャルボクシング®		19:45～20:30	20名			
金曜のピラティス	金	10:00～10:45	20名			
金曜のバレトン		11:00～11:45	20名			
ストリートダンス入門		18:30～19:15	20名			
パンキング(初級)		19:30～20:15	20名			
モーニングヨガ②		土	10:45～11:30			10名

③月会費制カルチャー教室

レッスン名	曜日	時間	定員	対象	料金
フラダンス	火	10:45～11:30	20名	15才以上 (中学生は除く)	710円/1回
ヨガ式健康体操 ※武道場	水	10:40～11:40	25名		710円/1回(事前購入)
ビューティーヨガ		10:45～11:30	20名		
バドミントン(初心者)		12:05～13:05	15名		
貯筋運動		12:45～13:30	20名	65才以上	
バドミントン(経験者)	木	13:30～14:30	20名	15才以上 (中学生は除く)	710円/1回
貯筋運動		9:30～10:15	20名	65才以上	
シルバーヨガ	金	15:15～16:00	10名	15才以上 (中学生は除く)	
金曜のヨガ		16:15～17:00	10名		
土曜のモーニングヨガ①	土	9:30～10:15	10名		
土曜のZUMBA		12:30～13:15	20名		
パンチ・キック・シェイプ		13:45～14:30	20名		