

# 令和6年度 檀原公苑 スポーツ教室 (第3期) 募集要項

## 1 目的

県民の多くの方々がスポーツに親しみ、豊かな健康生活を实践する機会となることを目的とします。

## 2 活動場所

奈良県立檀原公苑 JTEKT ARENA (第1体育館), 第2体育館, トレーニング室  
〒634-0065 奈良県檀原市畝傍町 53 番地 TEL 0744-22-6000

## 3 開催教室

	曜日	時間	回数	定員	活動場所	対象(年齢)
健康トレーニングA	月	9:30~11:30	10回	60名	第2体育館	18歳以上の男女 (中・高校生は不可)
健康トレーニングB	金	9:30~11:30	10回	60名		
健康トレーニングC	月	18:30~20:00	10回	30名	第2体育館, トレーニング室	
さわやかスポーツA	火	9:30~11:30	10回	30名	第2体育館	
さわやかスポーツB	火	9:30~11:30	10回	40名	JTEKT ARENA	
親子体操A	水	9:15~10:15	10回	30組	第2体育館	R2.4.2~R4.4.1 生まれの幼児と保護者
親子体操B	水	10:30~11:30	10回	30組		

※親子体操教室など、参加対象者以外に乳幼児などを同伴しての参加はできませんのでご注意ください。

## 4 期日・日程

第3期	健康トレーニングA	健康トレーニングB	健康トレーニングC	さわやかスポA・B	親子体操A・B
1回目	12月9日(月)	12月13日(金)	12月9日(月)	12月3日(火)	12月11日(水)
2回目	12月16日(月)	12月20日(金)	12月16日(月)	12月10日(火)	12月18日(水)
3回目	12月23日(月)	1月17日(金)	1月20日(月)	12月17日(火)	1月15日(水)
4回目	1月20日(月)	1月24日(金)	1月27日(月)	1月14日(火)	1月22日(水)
5回目	1月27日(月)	1月31日(金)	2月3日(月)	1月21日(火)	1月29日(水)
6回目	2月3日(月)	2月7日(金)	2月10日(月)	1月28日(火)	2月5日(水)
7回目	2月10日(月)	2月14日(金)	2月17日(月)	2月4日(火)	2月12日(水)
8回目	2月17日(月)	2月21日(金)	3月3日(月)	2月18日(火)	2月19日(水)
9回目	3月3日(月)	2月28日(金)	3月10日(月)	2月25日(火)	2月26日(水)
10回目	3月10日(月)	3月7日(金)	3月17日(月)	3月4日(火)	3月5日(水)
予備日	3月17日(月)	3月14日(金)	※3月24日(月)	3月11日(火)	3月12日(水)

※第2・3トレーニング室のみで実施

## 5 活動内容

- 健康トレーニングA・B・Cは自己の体力を十分に認識しながら、ストレッチ、リズム体操、エアロビクス、トレーニングマシン等を使い、健康の保持・増進を目的とした体力づくりを行います。
- さわやかスポーツAはバドミントンとソフトバレー、Bはソフトテニスを行います。気軽に楽しく皆で体を動かし健康の保持増進を図ります。
- 親子体操A・Bはボール、フラフープなどを使った運動や音楽に合わせて体を動かすリズム体操を親子で楽しく行います。また、親子のスキンシップをはかりながら気軽にできる運動も紹介します。

## 6 申し込み方法

次の(1)～(3)のいずれかの方法で、一人1教室の申込みとします。また、親子体操 A、B と健康トレーニング A、B のみ、第2希望(各教室 AB 間での移動)がある場合はその旨を明記することができます。

### (1) 施設予約システム(インターネット)にて(以下3通り)

- ① 右の QR コードを読み取って手続きを行う方法
- ② 奈良電子自治体共同運営ポータルサイト「e 古都なら」の講座・イベントからの申し込み方法
- ③ 橿原公苑のホームページ「スポーツ教室」から希望の教室名をクリックして手続きを行う方法



### (2) 県立橿原公苑 JTEKT ARENA 事務所窓口にて

所定の申し込み用紙に必要事項を記入し、返信用官製はがき(参加者決定通知用)の表面に郵便番号、住所、氏名を記入の上、提出してください。(裏面には何も書かないでください)

### (3) 往復はがきにて

往信用官製はがきに、下の①～⑧の必要事項を記入し、「〒634-0065 奈良県橿原市畝傍町 53 番地 奈良県立橿原公苑 スポーツ教室係」宛て郵送してください。その際、返信用官製はがき(参加者決定通知用)の表面に郵便番号、住所、氏名を記入してください。(裏面には何も書かないでください)

- ① 希望の教室名, ② 郵便番号, 住所, ③ 氏名(ふりがな), ④ 生年月日, ⑤ 電話番号, ⑥ 第2希望(親子体操 AB, 健康トレーニング AB のみ記入), ⑦ お子様の名前, 生年月日(親子体操のみ記入)
- ⑧ 緊急連絡用メールアドレス

## 7 申し込み期間 **令和6年10月22日(火)～令和6年11月20日(水) 締め切り日必着**

## 8 参加者決定(抽選)方法

健康トレーニング C とさわやかスポーツ AB については定員を超えた場合は抽選で参加者を決定します。親子体操 AB と健康トレーニング AB については初めに第1希望者を対象に抽選を行います。その後、外れた者の中で第2希望者を第2希望の教室が定員に満たない場合のみ、その教室に移動します。ただし、移動したことでその教室が定員を超えた場合は移動した第2希望者を対象に不足人数分を再度、抽選し参加者を決定します。※抽選は主催者が責任をもって公正かつ厳正に行います。ただし、同一年度内に2回落選しないように、また、年度をまたいで連続して落選しないように配慮いたします。

## 9 参加者決定通知

橿原公苑 JTEKT ARENA 窓口と往復はがきによる申し込みは、「官製はがき(返信用)」で通知します。また、施設予約システムの場合は電子メールにて通知します。

## 10 受講料

受講料は 2,500 円(親子体操 AB は子どもの参加人数分)です。受講料は第1回目の教室開始 30 分前から橿原公苑 JTEKT ARENA 窓口(受付)にてお支払いください。

※お支払いいただいた受講料は、いかなる理由があっても返金できませんのでご了承ください。

## ※ その他

- ・午前 8 時現在で橿原市に気象警報が発令されている場合は休講とし予備日に延期します(健康トレーニング C は 17 時現在)。ただし、予備日の設定は一日のみとし、休講が複数回発生した場合、以降の教室は中止とします。また、その際、受講料の一部返金はできませんのでご了承ください。
- ・お越しの際はできるだけ公共の交通機関等をご利用ください。また、自動車でのご来場については、当施設の無料駐車場はありますが、駐車台数に限りがあります(陸上競技場や野球場等の利用者と共有)。満車時は付近の有料駐車場等(橿原神宮, 500 円)をご利用ください。