申込方法

申込締切：4月13日(火)必着

・窓口もしくは郵送にてお申し込みください
・申込締切後のお申し込みは直接施設へ
お問い合わせください

(1) 窓口　教室参加希望申請書を窓口に提出してください。

※教室参加希望申請書は総合体育館窓口もしくは施設HPで入手できます。

必要なもの
140円切手(もしくは140円)

※返信用書類郵送時に必要となります。

(2) 郵送　以下の①と②を同封し、封書にてご郵送ください。

① 教室参加希望申請書の記入
・施設HPより出力し必要事項を記入
・施設HPより出力できない場合は氏名(ふりがな)、住所、電話番号、年齢、性別、希望教室名を記載したもので構いません

② 返信用封筒
140円切手を貼付した封筒に返信先住所、氏名を記入してください

注意事項

当施設の1階エリアが新型コロナウイルスワクチン接種会場として使用されるため、1階エリアの教室は当面の間、中止とさせていただきます
開催が決定次第、総合体育館もしくは施設HPで案内いたします

- 教室参加希望申請書は窓口での配布または施設HPで入手できます
- 記入漏れがあった場合は無効とさせていただきます
- 郵送時のトラブルについては一切責任を負いません
- 定員を超えた場合は抽選をおこないます(非公開)
- 定員に達していない教室については4/15(木)より体育館窓口にて募集をおこないます(先着順)
- 参加料支払いは返信用封筒到着後より教室初回日までに窓口でお支払いください
お支払いがない場合はキャンセルとさせていただきます
- 4/18(日)時点で教室申込者が5名を下回った場合は休講とさせていただく場合がございます
- 支払い後のキャンセルについては教室開始前日までにご連絡があった場合のみ返金いたします

太宰府市総合体育館
とびうめアリーナ
指定管理者：シンコースポーツ・西鉄ビルマネージメントグループ
TEL.092-408-1354
http://www.ssk-dazaifu-gym.com/
電車 西鉄「都府楼前駅」から徒歩10分　バス 市内循環バス「【まほろば号】総合体育館前・市民プール前」下車

指定管理者主催事業太宰府市総合体育館
2021年4~9月度

\ 無料体験受付中 /

とびうめアリーナ 教室案内

全21教室
成人対象 10教室
幼児・小中学生対象 11教室



太宰府市総合体育館(とびうめアリーナ) 2021年4月~9月 教室スケジュール表

	月曜日		火曜日		水曜日			木曜日		金曜日	
	1F	アリーナ	1F	アリーナ	1F	アリーナ	会議室・研修室	1F	アリーナ	1F	アリーナ
9:00											
10:00	ストレッチ教室 10:00~10:30		ステップアップYOGA 9:30~10:30		リフレッシュYOGA 9:25~10:25	たのしい卓球教室 9:30~11:30				ストレッチ教室 10:00~10:30	
11:00					ビューティー・ペルヴィス 10:40~11:40					軽運動教室 10:45~11:15	
12:00	当面の間中止		当面の間中止		当面の間中止		当面の間中止	当面の間中止		当面の間中止	
13:00											
14:00											
15:00											
16:00				キッズたいそう教室 15:45~16:35					キッズスキルアップ教室 15:45~16:35		
17:00											
18:00		Jr卓球教室 17:30~19:00		Jrたいそう教室 17:30~18:30	ハニーダンスアカデミー 17:30~18:30	ミニバスケットボール教室 17:30~18:30			Jrたいそう教室 17:30~18:30		
19:00						バスケットボール教室 18:50~20:00					
20:00					夜YOGA 19:30~20:30			自整体 ※第1・3木曜のみ 19:30~20:30		ZUMBA 19:30~20:30	
21:00											
22:00	22:00 営業時間終了		22:00 営業時間終了		22:00 営業時間終了			22:00 営業時間終了		22:00 営業時間終了	

太宰府市総合体育館

とびうめアリーナ 教室案内

全21教室

2021年4月~9月

要事前申込

成人教室（全納コース）

立ったり座ったりといった、日常の基盤となる筋肉を維持するには正しい方法で「継続的に」トレーニングをすることが大切です。一人では継続しないという方におすすめの楽しく続けられる教室です。

1 自整体~からだととのえ~

足指から全体のゆがみの調整をおこない
あるき幹を[illegible]しましょう

当面の間中止

開催日 [illegible]曜日　時間 [illegible]~21:30
回数 12回　定員 15名
料金 10,200円　対象 18歳以上



要事前申込

成人教室（月額コース）

18 歳以上を対象に「たのしく運動をしたい」「シェイプアップしたい」そんな方に気軽に参加いただけるレッスンが多数あります！体育館でしか経験できない教室も開催しております。

2 ステップアップ YOGA

YOGAに慣れてきた方おすすめ!!

呼吸を意識し、動きのあるポーズを取り心と
[illegible]ませんか？

当面の間中止

開催日 [illegible]曜　時間 [illegible]~10:0
回数 月4回　定員 13名
料金 月5,440円　対象 18歳以上



3 リフレッシュ YOGA

はじめてYOGAをする方におすすめです
[illegible]意識し、心[illegible]ッチしましょう!

当面の間中止

開催日 [illegible]曜　時間 [illegible]~10:5
回数 月3回　定員 13名
料金 月4,080円　対象 18歳以上



4 たのしい卓球教室

個人レベルに合わせて基礎から丁寧に指導いたします。※ラケットが必要ですが事前にご相談ください

開催日 水曜日　時間 9:30~11:30
回数 月3回　定員 16名
料金 月4,140円　対象 18歳以上



5 ビューティー・ペルヴィス

骨盤（ペルヴィス）を中心に、自分で全身を調整
[illegible]体[illegible]理[illegible]健康な身体に！

当面の間中止

開催日 [illegible]曜　時間 [illegible]~11:40
回数 月3回　定員 13名
料金 月3,150円　対象 18歳以上



6 はじめてピラティス

呼吸法を取り入れ、身体の軸となる
[illegible]整[illegible]

当面の間中止

開催日 [illegible]曜　時間 [illegible]~14:15
回数 月4回　定員 13名
料金 月4,520円　対象 18歳以上



当日申込

成人教室（コインレッスン）

忙しい毎日だけど、運動したいと思っている方必見 !! 行けるときにだけ通える開催当日申込みが可能なプログラムです！教室開始 15 分前より窓口にて受付いたします。

7 ストレッチ教室

誰でも簡単にできるストレッチを
[illegible]ッスン

当面の間中止

開催[illegible]　[illegible]名
時間 10:00~10:30　対象 18歳以上
料金 100円



無料体験受付中!!

参加したい教室が開催される前日までにお電話でご予約ください。



8 夜YOGA

1日の疲れをYOGAでスッキリさせませんか？
[illegible]

当面の間中止

開催[illegible]曜
時間 19:30~20:30　対象 18歳以上
料金 800円



9 ZUMBA

大人気のレッスン！ラテン系の音楽に合わせて
[illegible]

当面の間中止

開催[illegible]曜
時間 19:30~20:30　対象 18歳以上
料金 800円



10 軽運動教室

誰でも簡単にできる軽運動をおこなう
[illegible]

当面の間中止

開催[illegible]曜
時間 10:45~11:15　対象 18歳以上
料金 200円



要事前申込

キッズ・ジュニア教室（月額コース）

幼児～中学生を対象にしたスポーツや運動を体験し、「からだを動かすことの楽しさ」「スポーツのおもしろさ」を感じてもらうことをテーマにしてます。

11 ジュニア卓球教室

これから卓球を本格的に始める方対象の教室です。※指定ラケット購入のため別途費用がかかります

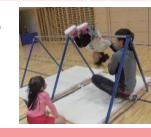
開催日 月曜日　時間 17:30~19:00
回数 月4回　定員 20名
料金 月3,840円　対象 小学生



12 キッズたいそう教室

跳び箱や鉄棒を中心に運動の楽しさを知り、挑戦する心を育てます。

開催日 火曜日　時間 15:45~16:35
回数 月4回　定員 15名
料金 月3,960円　対象 満4~6歳



13 ジュニアたいそう教室①②

跳び箱や鉄棒を中心に運動の楽しさを知り、挑戦する心を育てます。

開催日 火・木曜日　時間 17:30~18:30
回数 月4回　定員 各15名
料金 各月3,960円　対象 小学1~3年生まで



14 avex DANCE BOX

DANCE 入門！年齢性別問わずヒット曲で
[illegible]め[illegible]

当面の間中止

開催[illegible]曜　時間 [illegible]0~11:20
回数 月4回　定員 13名
料金 月7,700円　対象 小~中学生



15 キッズ英会話教室

はじめて英語を習うお子様にピッタリ！
[illegible]や[illegible]使[illegible]語を[illegible]く学[illegible]ます。

当面の間中止

開催[illegible]曜　時間 [illegible]0~10:45
回数 月3回　定員 8名
料金 月3,300円　対象 満3~6歳

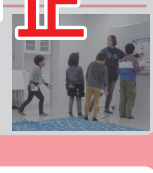


16 ジュニア英会話教室

単語を覚えながら、ゲームなどを使い
楽[illegible]び[illegible]！

当面の間中止

開催[illegible]曜　時間 [illegible]~17:0
回数 月3回　定員 10名
料金 月3,300円　対象 小学生



17 ハニーズダンスアカデミー

ドームで発表会も！

福岡ソフトバンクホークスオフィシャルダンス＆パフォーマンスチーム「ハニーズ」の現役・OGが主にレッスン！
※[illegible]ボール[illegible]途[illegible]かかります

当面の間中止

開催[illegible]曜　時間 [illegible]~18:0
回数 月3回　定員 13名
料金 月7,700円　対象 小学生

※入会金・年会費無料



18 ミニバスケットボール教室

初心者からミニバスケットボール経験者
高学年を対象に楽しさや基礎を学びます！
※ボールが必要です

開催日 水曜日　時間 17:30~18:30
回数 月3回　定員 20名
料金 月2,940円　対象 小学3年生~小学6年生



19 バスケットボール教室

経験者を対象に実践で使える個のスキル獲得を
目指します（一般用のゴールの高さ）。※ボールが必要です

開催日 水曜日　時間 18:50~20:00
回数 月3回　定員 20名
料金 月3,120円　対象 小学4年生~中学生



20 キッズスキルアップ教室

様々な種目のスポーツにふれ
幼児期に必要な基礎運動を身につけます。

開催日 木曜日　時間 15:45~16:35
回数 月4回　定員 15名
料金 月4,400円　対象 満4~6歳



21 はじめてバレエ ~キッズ&ジュニア~

バレエに必要な柔軟性を高め、初心者でも
[illegible]して[illegible]加[illegible]容[illegible]

当面の間中止

開催[illegible]曜　時間 [illegible]~18:00
回数 月4回　定員 12名
料金 月5,280円　対象 年中~小学生低学年

