

申込方法

申込締切：9月22日(木) 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へ提出してください。
※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(角2サイズ)

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9/24(土)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
- ✓ 9/22(木)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きます
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 TEL.092-408-1354

指定管理者：シンコースポーツ・西鉄ビルマネジメントグループ

<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

2022年10月～2023年3月

とびうめアリーナ 教室案内

全20教室
成人対象
10教室
幼児・小中学生対象
10教室



太宰府市総合体育館(とびうめアリーナ) 2022年10月～3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										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	10:00
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	11:00
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		12:00
13:00										13:00
14:00										14:00
15:00										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			16:00
17:00										17:00
18:00	ジュニア卓球教室 17:30～19:00	ジュニア たいそう教室① 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		ジュニア たいそう教室② 17:30～18:30		はめバエ 17:00～18:00	18:00
19:00					バスケット ボール教室 18:50～20:00					19:00
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	20:00
21:00										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	22:00

太宰府市総合体育館

とびうめアリーナ

教室案内

全20
教室

2022年10月～3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。一人では継続できないと思っている方におすすめ!! 楽しく続けられる教室です。

1 自整体～からだとのえ～

足指から全体のゆがみの調整をおこない

開催 月曜日 10:00～10:30

回数 12回 定員 15名

料金 10,200円 対象 18歳以上



当面の間中止

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。

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。

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



要事前申込

2 ステップアップYOGA

呼吸を意識し、動きのあるポーズを取り心と

開催 月曜日 10:00～10:30

回数 月4回 定員 13名

料金 月5,440円 対象 18歳以上



当面の間中止

3 リフレッシュYOGA

はじめてYOGAをする方におすすめです

開催 月曜日 10:30～11:00

回数 月3回 定員 13名

料金 月4,080円 対象 18歳以上



当面の間中止

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。

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

開催 月曜日 11:40～12:10

回数 月3回 定員 13名

料金 月3,150円 対象 18歳以上



当面の間中止

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

開催 月曜日 14:15～14:45

回数 月4回 定員 13名

料金 月4,520円 対象 18歳以上



当面の間中止

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!! 行けるときに通える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

開催 月曜日 10:00～10:30

回数 月3回 定員 13名

料金 100円



当面の間中止

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?

開催 月曜日 19:30～20:30

回数 月3回 定員 13名

料金 800円



当面の間中止

9

ZUMBA

大人気のレッスン! ラテン系の音楽に合わせて

開催 月曜日 19:30～20:30

回数 月3回 定員 13名

料金 800円



当面の間中止

10

軽運動教室

誰でも簡単にできる軽運動をおこなう

開催 月曜日 10:45～11:15

回数 月3回 定員 13名

料金 200円



当面の間中止

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います。

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 ①火 ②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



14

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!

開催 月曜日 16:15～16:45

回数 月3回 定員 8名

料金 月3,300円 対象 満3～6歳



当面の間中止

15

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

開催 月曜日 17:10～17:40

回数 月3回 定員 10名

料金 月3,300円 対象 小学生



当面の間中止

16

ハニーズダンスアカデミー

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」の経験者・OGが主講師

開催 月曜日 18:10～18:40

回数 月3回 定員 13名

料金 月7,700円 対象 小学生



当面の間中止

17

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!

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3～6年生



当面の間中止

18

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



19

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



20

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

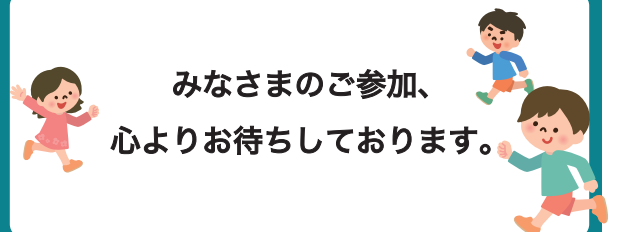
開催 月曜日 18:00～18:30

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



当面の間中止



みなさまのご参加、心よりお待ちしております。