

# ミズノスポーツスクールのご案内

**お申し込み方法**

●直接来館にて先着順に受付けております。(印鑑をお持ちください。)  
●各教室内容のお問い合わせは、電話にて承っております。

**無料体験受付中**

●詳しくは受付にお問い合わせください。

種目	曜日	時間	対象	定員	参加費	内容
卓球	月曜日	9:30 ~ 11:00	一般(初級)	30名	月4回 4,000円	初心者対象に基本知識、技術の向上をマシン練習でめざします。中級はゲームに役立つ技術の習得を目指します。
	月曜日	11:10 ~ 12:40	一般(中級)	30名		
	水曜日	9:30 ~ 11:00	一般(初級)	30名		
	水曜日	11:10 ~ 12:40	一般(中級)	30名		
バドミントン	月曜日	13:30 ~ 15:30	一般	50名	月4回 4,000円	初心者からトップを目指す選手まで、指導実績のあるコーチが指導します。
		15:45 ~ 17:45	一般	50名		
		18:45 ~ 20:45	一般・ジュニア	50名		
ミズノインドアテニススクール 年会費5,000円	水・木曜日	9:30 ~ 11:00	一般(B・A)	12名	月4回	ボールを打つ快感! ゲームの楽しさ! テニスの“いろは”がわかります。
		11:10 ~ 12:40	一般(B・A)	12名		
		13:15 ~ 14:45	一般(A)	12名		
		15:00 ~ 16:30	プレイ	8名		
		15:30 ~ 16:30	プレイ	8名		
		16:30 ~ 17:30	キッズ	12名		
		16:30 ~ 17:30	ジュニア	12名		
		17:50 ~ 19:20	JL	12名		
		17:50 ~ 19:20	一般(B)	12名		
19:20 ~ 20:50	一般(B・A)	12名				
社交ダンス	木曜日	13:00 ~ 14:00	一般(初級)	50名	月4回	男女を問わず、健康と美容とストレス解消に!
		14:10 ~ 15:10	一般(中・上級)	50名		
E-SPORTS	水曜日	16:30 ~ 17:30	3歳~6歳	40名	月4回	英会話と運動プログラムのコラボレーション(外国人講師です)。
		17:35 ~ 18:35	6歳~12歳	40名		
チアダンス	木曜日	16:00 ~ 17:00	初級(5歳から)	30名	月4回	海外で指導経験のあるプロの指導者が指導します。
		17:15 ~ 18:15	中級	30名		
空手	日曜日	15:00 ~ 17:00	小学生まで	50名	月4回	武道を通じ、心身の鍛練と自己への挑戦! 「やればできる勇気と挑戦! 来たれチャレンジャー!」
	月4回		大学生まで	50名		
	年会費10,500円		一般	50名		
太極拳	金曜日	10:00 ~ 11:30	一般(中学生以上)	50名	月4回	太極拳の基本動作を覚え、健康維持増進に!
幼児体操	金曜日	15:10 ~ 16:10	2歳半~	20名	月4回	運動の楽しさを覚え、体力の向上や身体の発達を促進します。
		16:15 ~ 17:15	4歳以上	20名		
健康リズム体操	金曜日	14:00 ~ 15:00	一般	30名	月4回	リズムに合わせて楽しく運動しメタボを解消。
ブレイザーズバレーボール	金曜日	17:30 ~ 19:00	小学生	60名	月4回	堺ブレイザーズのコーチングスタッフが指導します。(各クラス定員が15名以下の場合には中止になります。)
		19:15 ~ 20:45	一般	60名		
エヴェッサバスケット	火曜日	18:00 ~ 19:20	小学低学年・小学初級	40名	月4回	プロバスケットチーム(大阪エヴェッサ)のハイレベルな技術を多くの子どもたちに楽しく指導します。
		19:30 ~ 20:50	小学中級	40名		
ソフトテニス	水曜日	13:00 ~ 14:30	一般	30名	月4回	初心者から中級者まで楽しく指導します。
スポーツバレー	金曜日	16:30 ~ 17:15	3歳~	20名	月4回	バレーの基本を身につける事で、正しい姿勢と運動能力を向上させます。
		17:30 ~ 18:15	小学生~	20名		
	土曜日	10:00 ~ 11:00	一般	20名		
ヨガ	月曜日	10:00 ~ 11:30	一般	25名	月4回	ヨガに慣れていただくための初級者クラスです。
イシュタヨガ	水曜日	13:00 ~ 14:30	一般	25名	月4回	リラックスしながらシェイプアップ。
ピラティス	土曜日	19:00 ~ 20:30	一般	25名	月4回	西洋のヨガといわれ美しくしなやかなカラダを作り出します。
フットサル	月曜日	17:30 ~ 18:30	小学低学年	20名	月4回	フットサルの基本動作とマナーを身につけます。
		18:40 ~ 19:40	小学高学年	20名		

●お申し込み・お問い合わせは

**堺市原池公園体育館**  
**Tel.072-278-1004**  
**Fax.072-278-1044**

〒599-8267  
 堺市中区八田寺町 320  
 ■開館時間 9:00~21:00  
 ■休館日 第4火曜日

交通地図：周辺地図

