

# 荏原健康センター 2024年度「第1期コース型教室」募集のお知らせ

1. コース期間 **2024年4月～2024年7月**
2. 第1次募集期間 **2月1日(木)～2月9日(金)必着**  
※荏原健康センターに期限内に届かない場合、受付できません。
3. 応募方法
  - ① インターネットでの応募はホームページをご確認ください。新規登録からお願いします。
  - ② 窓口または郵送での応募は下記「コース型教室お申込み方法」をご確認ください。  
往復ハガキでの応募も承ります。  
(往復ハガキの場合は、下記「応募用紙」の項目を往信面にご記入下さい)
4. 結果通知 2月15日(木)までに抽選完了メールを通知(※1、※2)、又はハガキにて結果を発送致します。  
※1 抽選完了メールは一斉送信しているため、メールが届かない場合がございます。  
※2 当選、落選結果については、ご登録いただいたマイページ内の「イベント申込管理」から抽選結果をご確認ください。  
(抽選前の申込クラスの確認も「イベント申込管理」からできます。)  
※3 ご当選後のキャンセルは、荏原健康センターまでご連絡をお願いいたします。  
※4 キャンセル待ち番号の問い合わせは荏原健康センターへご連絡ください。  
※5 定員数以上のお申込がある場合は抽選となります。
5. 入金期間 **2月16日(金)～3月3日(日)17:30まで**  
(現金のみのお取り扱いとなります。入金時間:月～土は20:30まで・日・祝日は17:30まで)
6. その他
  - ① 3月9日(土)の時点で、定員数を満たしていないコースは第2次募集を行います。  
※3月10日(日)9:00～先着順にて受付致します。(3月10日は電話受付のみ)  
※3月11日(月)以降は、電話または荏原健康センター受付にて承ります。
  - ② お申込が定員を越えた場合は、区内在住・在勤・在学の方を優先して抽選致します。
  - ③ 親子クラス・キッズクラス参加希望のお子様の月齢は「2024年3月31日現在」でご記入下さい。
  - ④ ご入金後は如何なる理由においても、返金・コースの変更・振替・譲渡は出来ません。
  - ⑤ 親子クラスは、「保護者1人・子ども1人」の1組でお申し込み下さい。
  - ⑥ 館内にレッスン見学スペースはございません。
  - ⑦ レッソンの途中入室(開始10分以降入室不可)・途中退室はご遠慮下さい。
  - ⑧ 館内のマスク着用は任意とします。

※移転しているため、住所をお間違えないようご注意ください。  
2月1日(木)の広報または健康センターのホームページでもご確認頂けます。

〒141-0031 品川区西五反田6-6-20

荏原健康センター 03-5487-1317

..... ✂ ..... ✂ ..... キリトリ線 ..... ✂ ..... ✂ ..... ✂< ..... ✂ ..... ✂

## コース型教室お申込み方法

## 2024年度第1期コース型教室応募用紙

- ① 右の応募用紙にご記入下さい。
- ② 結果通知用郵便ハガキ(63円)の宛先に「ご自身の住所・氏名」をご記入の上、応募用紙と一緒に受付にお持ち下さい。
- ③ 結果は「結果通知用郵便ハガキ」にてお知らせ致します。
- ④ 申込コース名に不備がある場合は、コースNo.で受付致します。
- ⑤ 入金期間内にご入金がない場合は、自動的にキャンセルとさせていただきます。
- ⑥ 成人クラスの対象年齢は、15歳以上です。
- ⑦ ★がついたクラスは、同じ枠より1つお選び下さい。別の★枠であれば、複数申込可能です。
- ⑧ お子様の月齢は、2024年3月31日 時点でご記入下さい。
- ⑨ 社会情勢により、休講となる場合がございます。休講時はホームページにてご案内致します。

※妊娠されている方や、コース開催期間内に妊娠が判明した場合ご参加頂けません。予めご了承下さい。  
※こすると消えるペンでは記入しないで下さい。  
※この用紙で得た個人情報、該当の案件以外での使用は致しません。

コースNo.	曜日 (ご確認下さい)
申込 コース名	
※親子・キッズクラスは保護者名を記入	
フリガナ お名前	男・女
生年月日 西暦	年 月 日
ご住所	
〒 -	
電話番号	
◆区外にお住まいで、品川区に在勤・在学の方◆	
在勤・在学名	
所在地(住所)	
親子・キッズクラス申込の方は以下もご記入下さい。	
フリガナ お子様のお名前	男・女
お子様の 生年月日 西暦	年 月 日
3月31日 時点での月齢	歳 ヶ月

荏原健康センター(西五反田6-6-20) 全15~17回 ※曜日によって異なります。

コース名	No	曜日・開始時間	定員	コース名	No	曜日・開始時間	定員	
かんたんエアロ	★	1 月曜 9:15	各 30名	ボクシングフィットネス初心者~初中級 (対面ミット打ち)	★	20 火曜 19:45	各 30名	
		2 水曜 9:15				21 木曜 19:45		
ストレス解消!のびのび体操	★	3 月曜 11:55		はじめてHIPHOP	22	日曜 9:25		
		4 水曜 12:05		はじめてK-POP	23	土曜 17:20		
中高年からの健康運動	★	5 月曜 13:15		フラダンス(初級)	★	24 火曜 12:45		
		6 水曜 13:25				25 木曜 12:45		
		7 木曜 15:15				26 金曜 17:00		
朝の健康体操		8 金曜 9:10		フラダンス(初中級)	27	火曜 15:00		
肩こり腰痛解消体操		9 金曜 11:40		太極拳(初級)	★	28 火曜 16:15		
脂肪燃焼エアロ	★	10 月曜 19:45		太極拳(中級)		29 月曜 14:35		
		11 金曜 15:35				30 水曜 15:15		
脂肪燃焼エアロ(初級)		12 土曜 10:15			ピラティス	★		31 木曜 18:20
ステップシェイブ&ストレッチ		13 月曜 10:35						32 土曜 16:00
キッズダンス(5~7歳)		14 水曜 16:30		骨盤調整エクササイズ	33	木曜 14:00		
ジュニアダンス(7~10歳)		15 水曜 17:40		美姿勢ストレッチ	34	日曜 10:40		
親子元気ファミリー(1~3歳)	★	16 土曜 11:30		リフレッシュヨーガ	★	35 木曜 9:15		
親子元気ファミリー(2~6歳)		17 土曜 12:45				36 木曜 10:30		
グループパワー		18 水曜 19:50			25名	37 金曜 10:25		
グループセンタジー		19 月曜 15:55			30名	38 金曜 14:15		
					39 金曜 18:30			
					40 日曜 12:15			
					41 土曜 18:45			
40代からの健康塾★	C	火曜 18:30	25名					
	D	水曜 10:45						

コースNo.	受講料
1, 3, 5, 13	¥7,500(税込)
7~9, 12, 16, 17	¥8,000(税込)
2, 4, 6, 14, 15	¥8,500(税込)
19, 29, 34, 40	¥9,000(税込)
27, 31~33, 35~39, 41	¥9,600(税込)
18, 30	¥10,200(税込)
10	¥10,500(税込)
11, 20, 21, 28	¥11,200(税込)
22, 25	¥12,000(税込)
23, 24, 26	¥12,800(税込)

※Dは運動量の多いコース(ステップ台を使用します。)

※C・D: ¥2,800(税込)/全14回

※入金後の返金・コースの変更・譲渡は不可

※★は同一枠内で、1人1通のみ申込可能

※No.16・17は保護者1人子ども1人で1組

※月齢・年齢は2024年3月31日時点

※館内でのマスク着用は任意とします。

※区内在住・在勤・在学の方を優先し抽選

(キャンセル待ちに関しては、優先なしでの抽選です。)

※在住・在勤・在学の確認をする場合がございます。

※定員に満たないコースは3月10日(日)9:00より先着順で受付(10日は電話受付のみ)

※3月11日(月)以降は電話または荏原健康センター受付にて承ります。

※申込人数が少ないコースは、閉講する場合がございます。

※社会情勢やガイドラインに基づき、定員が変更となる場合がございます。

第1期コーススケジュール

(コースにより変更の場合有)

2024年4月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

2024年5月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2024年6月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

2024年7月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			



コース型教室休講



休館日