

スポーツ教室															
曜日	対象	時間	教室名	定員	日程										料金
火曜日	一般	13:00~13:50	フィットラ	30	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	5,400円	
		14:15~15:15	ザ・スローリンパドレナージュ	30	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	5,400円	
	15:30~16:30	からだらく体操	30	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	5,400円		
	5歳～小学3年生	17:00~18:00	リズムトレーニング	15	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	5,400円	
	一般	19:30~20:20	ステップ初級 かんたんステップ運動 NEW (大会開催)	13	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	5,400円	
水曜日	一般	9:30~10:45	辻友寛のENJOYランニング	20	4/13	4/27	5/11	5/25	6/8	6/15				6,600円	
		1歳半～4歳未満	10:00~11:00	親子で遊びフィット☆①	10組	4/20	4/27	5/11	5/25	6/1	6/15				4,800円 (2人目以降：300円/回)
		11:15~12:15	脂肪燃焼エアロ	30	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	5,400円	
		13:00~14:00	導ヨガ①	30	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	5,400円	
		14:15~15:15	導ヨガ②	30	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	5,400円	
	15:30~16:30	リフレッシュヨガ	30	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	5,400円		
小学生	18:20~19:20	エンジョイテニス教室(小学生)	30	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	6/1	6/8				10,500円	
一般	19:00~20:15	エンジョイテニス教室(初心者) ※1	24	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	6/1	6/8				11,200円	
	19:30~20:45	エンジョイテニス教室(中級者) ※1	30	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	6/1	6/8				11,200円	
木曜日	一般	9:30~10:30	輝びくす① ※2 (控室2)	11	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	5,400円	
		10:45~11:45	輝びくす② ※2 (控室2)	11	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	5,400円	
		10:00~11:00	肩こり・腰痛・感覚改善ストレッチ	30	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	5,400円	
		11:15~12:15	筋力UPトレーニング	30	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	5,400円	
		13:00~14:00	ストレッチ&エアロ	30	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	5,400円	
		15:00~15:50	やさしいヨガ	30	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	5,400円	
金曜日	一般	16:00~18:50	イキキ体操&ストレッチ	30	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	5,400円	
		13:00~13:45	バレトン	30	4/15	4/22	4/29	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	4,800円		
		14:15~15:15	ボディメイクヨガ	30	4/15	4/22	4/29	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	4,800円		
		18:00~19:00	ワクワキッズ広場♪	15	4/15	4/22	4/29	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	4,800円		
	4歳～小学3年生	18:30~19:30	ZUMBA②	30	4/15	4/22	4/29	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	4,800円		
土曜日	一般	9:40~10:30	骨盤リセット&バレトン	30	4/23	5/7	5/14	5/28	6/11					3,000円	
		1歳半～4歳未満	10:45~11:45	親子で遊びフィット☆②	10組	4/23	5/7	5/14	5/28	6/11					4,000円 (2人目以降：300円/回)
	一般	12:30~13:30	バランスボールエクササイズ ※3	30	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/28	6/11				4,200円 ボールレンタル：500円/回
	小学生	14:00~15:00	はじめてのキッズダンス ※4	30	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/28	6/11				4,200円
小学生～一般	15:30~16:30	ヒップホップダンス ※4	30	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/28	6/11				4,200円	

(※1) 初心者コース・中級コースはレッスン終了後、ボール、ネットの準備作業が異なります。
 (※2) 輝びくすの「輝」は、先生の力で用意していただきますが、1本(12650円)で販売しておりますので、希望される方は先生にご相談ください。
 (※3) バランスボールは各自準備をお願いします。
 なお、先生の指導でレンタルボールを10名までご利用(1回500円)していただけますので、希望される方は申込時に「レンタル希望」とご記入ください。
 希望者多数の場合は抽選、コロナ禍でもありますので、下記を参考にしてください。各自ボールをご用意していただく再発注もお願いいたします。
 希望・レンタル使用ボール：キッズ2社、ソフト球、サイズ：重量1500cm以下、45mmサイズ、150~170cm：35cmサイズ、165cm~185cm：65cmサイズ
 (※4) 教室開催日と土曜祝日の重なる場合は、申し込み時に学校名・日校名をご記入下さい。

文化教室																	
曜日	対象	時間	教室名	定員	日程										料金		
火曜日	一般	13:00~14:30	音楽にチャレンジ!	15	4/12	4/26	5/10	5/24	6/14	6/28	7/5	7/12	8/2	8/23	9/6	9/13	13,200円
火曜日	一般	13:30~15:00	はじめての韓国語 NEW (大会開催)	15	4/12	4/26	5/10	5/24	6/7	6/21	7/5	7/12	8/23	8/30	9/6	9/13	13,200円
水曜日	一般	13:00~14:30	移動遊戯心から英語教室	10	4/13	4/27	5/11	5/25	6/8	6/22	7/13	7/20	8/17	8/24	9/14	9/14	13,200円
水曜日	一般	13:30~15:00	ステップアップ英語 NEW (大会開催)	15	4/14	4/28	5/12	5/26	6/2	6/16	6/30	7/14	7/21	8/25	9/1	9/15	13,200円
金曜日	小学生～一般	19:30~20:45	触れあよう!「身体三銃器」 ※5	20	4/15	4/22	5/13	5/27	6/10	6/24						6,600円 (3名様レンタル料500円/回)	
土曜日	中学生～一般	9:30~10:30	はじめての中国語 (控室1)	10	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/28	6/4	6/11	8/6	8/20	8/27	9/17	13,200円
土曜日	中学生～一般	10:50~11:50	中国語会話 (控室1)	10	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/28	6/4	6/11	8/6	8/20	8/27	9/17	13,200円

(※5) 三銃器のレンタル希望する人は、申し込み時に「レンタル希望」とご記入下さい。

【受講申込方法 (必ずお読みください)】

- ①申込(受付)方法
- (1) 受講申込書(チラシ及びホームページ)での申込方法
 受講申込書(チラシ)に必要事項をご記入いただき、四日市ドーム事務局までご持参又はFAXにてご送信願います。また、四日市ドームホームページ「教室のご案内」フォーム内の受講申込書に必要事項をご記入いただき、ご持参又はFAXでもお申し込みできます。
 ※任意ですが、送付はがきは、講師に届けず届後、事務局までご持参ください。
 - (2) メールでの申込方法
 四日市ドームホームページ「教室のご案内」フォーム内の受講申込書に必要事項をご記入いただき、ご送信願います。なお、メールでのお申し込みの場合、
 受講申込書に、メールでお知らせ(返信)いたします。
 ※メール以外の受講可否は締切日以降、順次、返信はがきを以てお知らせいたします。なお、お申込みされたにもかかわらず、受講可否のはがきが届かない場合は、四日市ドームまでご連絡ください。※「@yokkaichidome.com」からのメールを受信できるように、ドメイン指定受信設定、迷惑メール設定をご確認ください。
 - (3) 任意はがき又は送付はがきでの申込方法
 ①教室名 ②氏名(必須) ③性別 ④郵便番号・住所(電話番号(必ず連絡のつく))をご記入の上、〒510-0012 四日市市大字羽津甲5169「四日市ドーム内教室係」まで、任意はがきの場合は郵送、送付はがきの場合は、四日市ドーム事務局までご持参ください。

＜新型コロナウイルス感染症拡大防止に向けた対応について＞
 四日市市の対応方針に基づき感染リスクを最小限に抑えるための対応をさせていただきます。その際「メール」・「FAX」・「電話」・「郵送」のみが利用可能とさせていただきます。必要に応じて、不要の来客、密着状態を回避(抽選)とさせていただきます。ご了承ください。

- ＜特記事項＞
- (1) 応募多数の場合は、抽選とさせていただきます。抽選の結果は発表されませんので、ご理解ください。また、締め切り後の状況については、四日市ドームまでご連絡ください。定員に空きのある教室は、当教室発着前3日前(例：初回日が10日の場合は、締切日は7日)までにお申し込みください。
 - (2) 一人でも複数教室への申込みも可能です。ZUMBA①・ZUMBA②、「輝びくす①」・「輝びくす②」、「導ヨガ①」・「導ヨガ②」、「親子で遊びフィット☆①」・「親子で遊びフィット☆②」については、重複してお申し込みできません。
 - (3) 住所・電話番号に変更がある場合は、必ず申し出てください。(緊急時連絡対応の為)
 - (4) 申込はがき等に記載されている個人情報について、四日市ドームのスポーツ・文化教室の目的以外には利用しないことを徹底し、厳正なる管理のもとに保管いたします。

- ＜参加料について＞
- (1) 参加料は当該教室開催初日に徴収させていただきます。各講座とも当該教室開催初日の開始時間30分前から、スポーツ教室は練習室前、文化教室は、各講座教室にて徴収いたします。なお、初回日に欠席される場合は必ずご連絡ください。
 - (2) 納入された参加料の返金はできませんので、ご了承ください。
 - (3) 体験の受講料は1講座1回のみとさせていただきます。受講料は各講座1回あたりの料金となります。また、体験受講から継続受講される場合は、1期分の受講料をお支払いいただけます。
 ※参考 基本開催日程：第1期：4月～6月、第2期：7月～9月、第3期：10月～12月、第4期：1月～3月

＜キャンセル等について＞
 抽選に外れて受講できなかった方に配慮するため、キャンセルは当該教室開催3日前までとします。それ以降のキャンセルは、1期分の受講料を納入していただきます。

＜その他＞
 教室日程は、運営上の都合により、やむを得ず変更となる場合がございますので、あらかじめご了承ください。また、新型コロナウイルス感染症対策防止ガイドラインの遵守にご協力をお願いするとともに、子どもが対象となる教室での保護者の出席は1名までとし、待合室には利用者の提出をお願いいたします。

＜問い合わせ先＞
 四日市ドーム指定管理者 JNスポーツグループ
 〒510-0012 四日市市羽津甲5169 TEL:059-330-3131 FAX:059-330-3133

教室名	1. 教室				2. 教室				3. 教室				4. 教室				教室
	※教室名は省略して記入して頂いても結構です。例：ザ・スローリンパドレナージュ ⇒ リンパ 肩こり・腰痛・感覚改善ストレッチ ⇒ 肩こり																
フリガナ															年齢	性別	電話番号 (必ず連絡のつく電話番号)
氏名																	
住所	〒														メールアドレス		
連絡事項等																	