

四日市ドーム 一般公開 グラウンドゴルフ

公開日	公開時間	利用料金
4月7日(金)	9:00~16:30	大人 ……………430円 中学生以下 ……220円 (時間:2時間以内)
4月19日(水)		
4月28日(金)		
5月16日(火)		
5月31日(水)		

※使用備品(スティック、ボール)100円でレンタルしております。
お気軽にご参加下さい。

☆スポーツガイド☆

四日市市中央緑地運動施設&四日市ドーム

4月・5月 (2017年度)

平成29年3月19日 小・中・高校生対象 ホッケー体験会



平成29年3月28日

平成29年度 四日市ドーム 第1期教室 参加者募集 !!

スポーツ教室		締切日:4月11日(火)					
曜日	教室名	対象	講師	日程	時間	定員	料金
火曜日	フィットフラ	一般	館みゆき	4/18-25 5/9-16-23 6/6-13-20 全8回	13:00~14:00	30名	4,000円
	ボクシングエアロ				14:15~15:15	30名	4,000円
	フィットネススタイチ				15:30~16:30	30名	4,000円
	ZUMBA①				19:00~20:00	30名	4,000円
水曜日	脂肪燃焼エアロ	一般	辻友寛	4/19-26 5/10-17-24 6/7-14-21 全8回	11:15~12:15	30名	4,000円
	ストレッチ&ヨガ①ビギナー				13:00~14:00	35名	4,000円
	ストレッチ&ヨガ②ビギナー				14:15~15:15	35名	4,000円
	ストレッチ&ヨガ(ステップ)				15:30~16:30	35名	4,000円
木曜日	肩こり・腰痛・猫背改善ストレッチ	一般	水谷綾	4/20-27 5/11-18-25 6/1-8-15 全8回	10:00~11:00	35名	4,000円
	筋力UPトレーニング				11:15~12:15	35名	4,000円
	ストレッチ&エアロ				13:00~14:00	30名	4,000円
	ストレッチ&ヨガ③ビギナー				14:30~15:30	35名	4,000円
金曜日	パワーヨガ	一般	福島富美江	4/21-28 5/12-19-26 6/2-9-23 全8回	15:45~17:15	35名	4,800円
	膝ヨガ				13:00~14:00	35名	4,000円
	ストレッチ&ヨガ④ビギナー				14:15~15:15	35名	4,000円
	ワクワクキッズ広場♪				16:00~17:00	15名	4,000円
土曜日	ZUMBA②	一般	辻友寛	4/22-29 5/13-20-27 6/3-17-24 全8回	18:30~19:30	30名	4,000円
	キッズダンス教室	小学生	立松佑樹	4/22-29 5/13-20-27 6/3-17-24 全8回	14:00~15:00	30名	4,000円
	YUUKI はじめてDANCE	中学生 ~ 一般	立松佑樹	4/22-29 5/13-20-27 6/3-17-24 全8回	15:30~16:30	30名	4,000円

*裏面に続きます

※ 6/1(木)、6/2(金)のヨガクラスは
講師都合により日程変更となります。ご了承ください。

文化教室		締切日:4月11日(火)					
曜日	教室名	対象	講師	日程	時間	定員	料金
火曜日	書道にチャレンジ!	一般	花井高峰	4/18-25 5/9-23 6/6-20 7/4-18 8/8-22 9/5-12 全12回	13:00~14:30	15名	12,000円
水曜日	人生を豊かにするかな文字(ペン習字)	一般	上田虹月	4/19-26 5/10-24 6/14-28 7/12-26 8/9-23 9/13-27 全12回	10:00~11:00	10名	12,000円
	季節を感じながら俳句教室				伊藤穂子	13:00~14:30	10名
金曜日	銅板工芸教室	小学生 以上	太田達	4/14-21 5/19 6/2-16 7/7-21 8/4-18 9/1-15 全11回	10:00~11:30	10名	13,200円
	触れてみよう「漆絵三味線」				松永兼治	19:30~20:45	10名
土曜日	はじめての中国語 NEW	一般	じゃあじゃあ	4/15-22 5/13-27 6/3-17 7/1-15 8/5-19 9/2-16 全12回	10:00~11:00	10名	12,000円

エンジョイ硬式テニス教室		締切日:4月5日(水)				
教室名	対象	講師	日程	時間	定員	料金
小学生クラス	小学生	四日市テニス協会派遣講師	4/12-19-26 5/10-17 6/14-28 全7回	18:00~19:00	17名	9,800円
初心者(一般)クラス	一般			19:00~20:00	24名	9,800円
中級(一般)クラス	一般			19:15~20:30	24名	10,500円

申込方法

- ・住復はがきに、①教室名 ②氏名(ふりがな) ③性別 ④年齢 ⑤住所 ⑥電話番号 を記入の上、〒510-0012 「四日市市大字羽津甲5169 四日市ドーム内教室係」まで郵送またはご提出ください。
- ・応募多数の場合は、抽選とさせていただきます(定員に達していない場合には、締切日以降も受け付けます)。
- ・問合せ先:四日市ドーム TEL059(330)3131

Ver.2017/3/14

【お問い合わせ】

四日市市運動施設 指定管理者 四日市市体育協会グループ
四日市市日永東1丁目3番21号 中央緑地体育館内
TEL:059-345-4111 FAX:059-346-7767
〈窓口受付〉AM8:30~PM8:30



四日市ドーム 指定管理者 JN体協グループ
四日市市大字羽津甲5169 四日市ドーム内
TEL:059-330-3131 FAX:059-330-3133
〈窓口受付〉AM8:30~PM5:00
(※休館日:月曜、月曜が祝祭日の場合は翌日)

