

令和2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1日(水)

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	4/14・21・28 5/12・19・26 6/2・9・16 全9回	13:00~14:00	35名	4,500円
	ザ・スローボールバドレナージュ		東由紀江	4/14・28 5/12・26 6/2・9 全6回	14:15~15:15	30名	3,000円
	フィットネスタイチ		早見智佳子	4/14・21・28 5/12・19・26 6/2・9・16 全9回	15:30~16:30	30名	4,500円
	ZUMBA①		辻友寛	4/14・21・28 5/12・19・26 6/2・9・16 全9回	19:00~20:00	35名	4,500円
水曜日	辻友寛のENJOYランニング	一般	辻友寛	4/15・22 5/13・27 6/10・17 全6回	9:30~10:45	20名	6,000円
	親子で遊びフィット☆①	子供: 1歳半~ 4歳未満	小林百恵	4/15・22 5/13・20・27 6/3 全6回	10:00~11:00	15組	4,200円 (2人目~200円/回)
	脂肪燃焼エアロ	一般	辻友寛	4/15・22・29 5/13・20・27 6/3・10・17 全9回	11:15~12:15	30名	4,500円
	ミラクル体操①		福島富美江	4/22・29 5/13・20・27 6/3・10・17 全8回	13:00~14:00	40名	4,000円
	ミラクル体操②			4/22・29 5/13・20・27 6/3・10・17 全8回	14:15~15:15	40名	4,000円
	ミラクル体操(ステップ)			4/22・29 5/13・20・27 6/3・10・17 全8回	15:30~16:30	40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	4/16・23・30 5/14・21・28 6/4・11・18 全9回	10:00~11:00	35名	4,500円
	筋力UPトレーニング			4/16・23・30 5/14・21・28 6/4・11・18 全9回	11:15~12:15	35名	4,500円
	ストレッチ&エアロ			4/16・23・30 5/14・21・28 6/4・11・18 全9回	13:00~14:00	30名	4,500円
	やさしいピラティス		館みゆき	4/16・23・30 5/14・21・28 6/4・18・25 全9回	15:00~15:50	35名	4,500円
	イキイキ体操&ストレッチ		館みゆき	4/16・23・30 5/14・21・28 6/4・18・25 全9回	16:00~16:50	35名	4,500円
金曜日	バレトン①	4歳~ 小学3年生	小安早帆子	4/17・24 5/1・8・15・22 6/5・19 全8回	13:00~13:50	30名	4,000円
	ボディメイクヨガ			西久保由美子	4/17・24 5/1・8・15・22 6/5・19 全8回	14:15~15:15	35名
	ワクワクキッズ広場♪		水谷綾	4/17・24 5/1・8・15・22 6/5・19 全8回	16:00~17:00	15名	4,000円
	ZUMBA②		一般	辻友寛	4/17 5/1・8・15・22 6/5・19 全7回	18:30~19:30	35名
土曜日	バレトン②	一般	東由紀江	4/18・25 5/16・30 6/6・20 全6回	9:40~10:30	30名	3,000円
	親子で遊びフィット☆②	子供: 1歳半~ 4歳未満	小林百恵	4/18・25 5/9・16・23 6/6 全6回	10:45~11:45	15組	4,200円 (2人目~200円/回)
	はじめてのキッズダンス *注1 (旧:キッズダンス)	小学生	立松佑樹	4/18・25 5/9・16・23・30 6/6・20 全8回	14:00~15:00	30名	4,000円
	ヒップホップダンス *注1 (旧:YUUKI はじめてDANCE)	小学生 ~ 一般		4/18・25 5/9・16・23・30 6/6・20 全8回	15:30~16:30	30名	4,000円

*裏面に続きます

*注1 キッズダンス / YUUKI はじめてDANCEをご希望の方で、上記の教室開催日と小学校土曜登校日と重なる場合は、おはがきに小学校名・登校日をご記入下さい。

文化教室

締切日:4月1日(水)

教室名	対象	講師	日程	時間	定員	料金
火曜日	一般	小柴 晃	4/7 5/19 6/9 7/7 8/18 9/8 全6回	10:00~11:00	10名	6,000円
			4/14・21 5/12・26 6/9・16 7/7・28 8/4・25 9/1・22 全12回	13:00~14:30	15名	12,000円
水曜日	一般	伊藤 暢子	4/8・22 5/13・27 6/10・24 7/8・29 8/12・26 9/9・30 全12回	13:00~14:30	10名	12,000円
金曜日	小学生 一般	松永 兼治	4/24 5/8・22 6/5・19・26 全6回	19:30~20:45	20名	6,000円 (三味線レンタル 料500円/回) ※別途
土曜日	一般	じゃあじゃあ	4/18・25 5/9・23 6/6・20 7/25 8/1・8・22 9/12・19 全12回	10:00~11:00	10名	12,000円

*注2 三味線レンタルご希望の方は、おはがきに「レンタル希望」とご記入下さい。レンタル三味線の定員は10名となっております。

エンジョイテニス教室

締切日:4月1日(水)

教室名	対象	講師	日程	時間	定員	料金
水曜日	小学生クラス	四日市テニス協会派遣講師	4/15 5/20・27 6/10・17・24 全6回	18:20~19:20	30名	8,400円
	初心者(一般)クラス *注3		4/15 5/20・27 6/10・17・24 全6回	19:00~20:15	24名	9,000円
	中級(一般)クラス *注3		4/15 5/20・27 6/10・17・24 全6回	19:30~20:45	30名	9,000円

*注3 初心者コース・中級コースはレッスン終了後、ボール、ネットの撤去作業があります。

申込方法

- ・往復はがきに、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
- ※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。あらかじめご了承下さい。
- ※教室の出入りは自由となっております。あらかじめご了承下さい。(お手洗い、気分が悪くなった時の休憩、止むを得ない場合等)
- ※2019年10月1日より、はがきの価格改定が実施されました。(・通常62円 → 63円・往復124円 → 126円) お間違えのないようご協力下さい。



2019年10月1日(火)から郵便料金などが変わります。

消費税率の改定に伴い、郵便料金などを変更させていただきます。
なお、変更後の料金に対応した額面の郵便切手、郵便はがき、レターパックなどを2019年8月20日(火)に発売いたします。

定形郵便物 **通常はがき**

(旧料金) (新料金) (旧料金) (新料金)

82円 → 84円 **62円 → 63円**

※25g以内の場合

種類	区別	重量	現行料金	新料金
第二種郵便物	通常はがき(※)	-	62円	63円
	往復はがき	-	124円	126円

(※)年賀はがきを含みます。