

令和7年度第3期

堀原 スポーツ教室

受講生募集

お申込みは、webで！

詳しくは裏面をご覧ください。

- ・先着順ではありません。
- ・定員を超えた場合は、抽選になることがあります。
- ・受講料のお支払いは、振込になります。
- ・堀原運動公園ホームページの「受講の際の注意事項」を必ずお読みください。

お申込みフォーム
こちらから！



募集期間

令和7年11月6日(木)9:00～11月20日(木)17:00

結果発表

令和7年11月26日(水) 当日中にご登録メールアドレス宛に送信

手続期間

令和7年11月26日(水)～12月4日(木)

受講料

各教室 4,500円 (キッズスポーツ教室 2,000円)

教室	講師	定員	内容	開催曜日/時間 ▶会場	開催日
リフレッシュヨガ	齋藤 美智子 (フィットネスインストラクター)	成人女性 70名	全身の筋肉を動かし呼吸を深めれば、心も体もリフレッシュ。	月曜 / 10:00～11:00 ▶柔道場	①12/8 ②12/22 ③1/5 ④1/19 ⑤1/26 ⑥2/2 ⑦2/9 ⑧2/16 ⑨3/2 ⑩3/9
NEW! キッズスポーツ	渡邊 将司 / 茨城大学教育学部学生 (茨城大学教育学部准教授 陸上競技部顧問)	小学1～4年生 40名	体や用具を使った多様な運動遊びを通して、運動の楽しさを味わいましょう。	火曜 / 17:00～18:00 ▶大道場	①12/9 ②12/23 ③1/6 ④1/13 ⑤1/20
ボディーメイク	大森 多喜子 (フィットネスインストラクター)	成人女性 65名	基礎代謝を上げ、日常生活であまり使われない筋肉にもアプローチ。	水曜 / 10:00～11:00 ▶剣道場	①12/10 ②12/17 ③12/24 ④1/14 ⑤1/21 ⑥1/28 ⑦2/18 ⑧2/25 ⑨3/11 ⑩3/18
気功体操	恩田 享位 (日本気功協会指導員)	成人 50名	姿勢と呼吸を整えてリラックス。健康を保つ力を高めましょう。	水曜 / 15:00～16:00 ▶剣道場	①12/10 ②12/17 ③12/24 ④1/14 ⑤1/21 ⑥1/28 ⑦2/18 ⑧2/25 ⑨3/11 ⑩3/18
親子リズムダンス	杉山 章子 (茨城県エアロビク連盟理事)	2歳～就学前の 幼児と大人 30組	音楽に合わせて楽しくダンス。笑顔いっぱい触れ合い、親子の絆を深めます。	木曜 / 15:30～16:30 ▶剣道場	①12/11 ②12/18 ③12/25 ④1/8 ⑤1/15 ⑥1/29 ⑦2/5 ⑧2/19 (2歳未満の幼児同伴可)
体幹フィットネス	齋藤 美智子 (フィットネスインストラクター)	成人女性 70名	体幹力をアップして、基礎代謝を高めましょう。	金曜 / 10:00～11:00 ▶柔道場	①12/5 ②12/12 ③12/19 ④12/26 ⑤1/23 ⑥1/30 ⑦2/6 ⑧2/20 ⑨2/27 ⑩3/6
太極拳	岡野 隆二 (楊名時八段錦・太極拳師範)	成人 50名	深い呼吸とともに、心を込めてゆったりと。心と呼吸と体の調和を目指しましょう。	金曜 / 10:30～11:30 ▶剣道場	①12/5 ②12/12 ③12/19 ④12/26 ⑤1/9 ⑥1/16 ⑦1/30 ⑧2/6 ⑨2/20 ⑩2/27

スポーツ安全保険 (任意加入)	こども	800円	令和8年3月31日まで有効。1回の加入で堀原運動公園主催のすべての教室が保険の対象となります。また、教室中の怪我および自宅から堀原運動公園までの往復の際に適用となります。 (年齢は令和7年4月1日が基準となります。)
	高校生以上	1,850円	
	65歳以上	1,200円	

- 現在、持病あるいは通院されている方は、事前に医師にご相談ください。
- 一度納入された受講料の返金はいたしません。あらかじめご了承ください。ただし、当公園の都合により教室の開催が中止となった場合は、この限りではありません。
- 活動日程や場所等は、都合により変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。
- 個人情報、堀原スポーツ教室のみに使用します。
- 堀原運動公園主催で行う行事等を広く発信するため、受講の様子を写真撮影しホームページ等へ掲載させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

公益財団法人 茨城県スポーツ協会
堀原運動公園管理事務所

〒310-0045
水戸市新原2-11-1

TEL 029-251-8444
E-mail horihara-kyousitu@sports.ibk.ed.jp
ホームページ <https://www.ibaraki-sports.or.jp/horihara/>



令和7年度第3期 堀原スポーツ教室 申込方法

1 申込方法

お申込みフォーム
こちらから!



(1)web申込にご協力ください。(まずは申込)

- ・右のQRコードをスマホで読み取って申込期間内に申込をしてください。
- ・QRコードを読み込めない場合やパソコンで申込を行う場合は、以下のURLから申込期間内に申込が可能です。

<https://x.gd/ewTsi>

※当面の間は、従来通り管理事務所窓口でも申込期間内に申込が可能(9:00～20:00)です。申込用紙は窓口にあります。ただし、抽選の可能性があるため受講料は持参しないでください。

(2)結果をお知らせします。(結果を確認)

- ・定員を超えた場合、抽選になることがあります。
 - ・参加の可否と受講料の振込手続きについて、申込の際にご登録いただくメールアドレスにメールでお知らせします。
- ※窓口で申込をした方は、連絡先(メールアドレス、電話番号等)をおうかがいします。

(3)受講料の振込をお願いします。(これで手続き完了)

- ・手続き期間内に、右の振込先に受講料(スポーツ安全保険加入の方は保険料を併せて)の振込をお願いします。
 - ・ATMや窓口ご利用の際の振込手数料はお客様にご負担いただきます。常陽バンキングアプリをご利用いただくと手数料はかかりません。
- ※窓口で申込の方も受講料の支払は振込にてお願いします。

※抽選の結果、落選の方は振込をしないでください。

2 令和7年度第3期の申込スケジュール

募集期間:令和7年11月6日(木)9:00～11月20日(木)17:00

※先着順ではありません。定員を超えた場合は、抽選になることがあります。

結果発表:令和7年11月26日(水)

※当日中にご登録メールアドレス宛に抽選結果及び受講料振込についてのお知らせを送付します。

手続き期間:令和7年11月26日(水)～12月4日(木)

3 申込に関する注意点

- ・web申込後、確認のための自動返信メールが届かないときは、必ず管理事務所までお問い合わせください。申込ができてない場合や登録アドレスの誤り、迷惑メールフォルダに振り分けられている場合などがあります。
- ・結果のお知らせは、horihara-kyousitu@sports.ibk.ed.jpから送信いたしますので、受信できるよう設定の確認をお願いします。
- ・申込後にキャンセルする場合は、必ずご連絡ください。なお、手続き期間内に入金がない場合はキャンセル扱いとする場合がありますので、必ず期間内にお手続きをお願いいたします。
- ・入金後のキャンセルは、ご返金できませんのでご了承ください。

【振込先】

常陽銀行末広町支店 店番031 普通 1669884
(公財)茨城県スポーツ協会堀原運動公園専用

※振込の際は、振込依頼人(受講生本人)の前に4桁の整理番号を入力してください。整理番号はメールでお知らせします。

例) 1125ホリハラタロウ