



期間  
4/30  
(火)まで

# 運動RE:スタート応援宣言! スポーツ教室体験強化中!

体験からの教室申し込みで、

1回分の授業料が <sup>実質</sup> **無料**に!

- バスケットボール
- スポーツアカデミー
- テニス
- チアダンス
- 卓球
- ボールエクササイズ

お申し込みは、お電話またはフィットネスプラザ窓口(本館B1F)まで

\*体験は一人様1回限りとさせていただきます。\*体験料金は各教室1回分の授業料となります。\*特典の詳細は、お申し込みの際にスタッフよりお伝えいたします。

**ご利用時の注意事項**  
次の方はご利用いただけませんのでご了承ください。  
●酒気を帯びた方 ●医師から運動を禁止されている方、体の具合がよくない方●妊娠している方で、医師の許可がない方 ●伝染病疾患の方  
●その他の理由(迷惑行為など)で当館が管理上支障あると判断した方 ●途中気分が悪くなったときは、ただちに中止し、係員にお申し出ください。

広島県立総合体育館 **フィットネスプラザ**

お気軽にお問い合わせください ☎ **082-502-0073**

- 住所** 〒730-0011 広島市中区基町4番1号フィットネスプラザ(本館B1F)
- 営業時間** 9時~21時(受付時間:9時~20時)
- 休館日** 年末年始(12/29~1/3) 他 ※施設のメンテナンスのため、臨時に休館することがあります。



# バスケットボール 広島ドラゴンフライズで基礎基本&スキル向上!



クラス	曜日	時間	対象	定員	
U-9	月曜	17:00~18:00	小学校1年生~小学校3年生	各25名	
U-12ビギナー		18:00~19:00	小学校1年生~小学校6年生		
U-15		19:00~21:00	中学校1年生~中学校3年生		
U-9	水曜	17:00~18:00	小学校1年生~小学校3年生		男女 各25名
パラバスケット		18:00~19:00	知的障がいのある方(年齢問わず) ※詳しくはお問合せください。		
エンジョイクラス		19:00~21:00	中学生以上の男女		
U-12	木曜	17:00~19:00	小学校4年生~小学校6年生	男女 各25名	
U-15		19:00~21:00	中学校1年生~中学校3年生		

開校2年で  
200名達成!

## フットサル 元フットサル日本代表キャプテン 村上哲哉氏が監修!



クラス	曜日	時間	対象	定員
ジュニア フットサル	火曜	17:10~18:20	小学校1年生~小学校3年生	20名
		18:30~19:50	小学校4年生~小学校6年生	各20名
個人フットサル	水曜	17:30~18:50	中学生以上	(大アリーナ) 25名 (小アリーナ) 20名
		19:00~21:00		

### テニス 大人

天候を気にせず屋内で快適に  
テニスが出来ます。  
レッスンは楽しく真剣に!がポイントです。

クラス	曜日	時間	対象	定員
夜	月曜	19:00~20:30	一般(高校生以上)	各 10名
A	水曜	9:30~11:00		
B		11:15~12:45		

### 卓球 大人 子ども

初めての方でも楽しめるよう卓球協会  
認定指導者のコーチが丁寧に指導します。  
卓球のスキルを向上させたい方にはカリキュラム  
に沿って行うレッスンコースもございます。

クラス	曜日	時間	対象	定員
卓球(A)	水曜	11:50~13:50	一般 (高校生以上)	20名
卓球(B) ・レッスンコース ・エンジョイコース		14:00~16:00		60名
卓球(夜)		18:45~20:45		12名
ワクワク子どもの 卓球教室		水曜	17:15~18:45	小学生

### スポーツアカデミー 子ども

クラス	曜日	時間	対象	定員
初級	水曜	16:30~17:15	(目安)年中~小学校1年生	25名
中級		17:30~18:40	(目安)小学校1年生~小学校3年生	15名

### バレエスクール 大人 子ども

曜日	時間	対象	定員
木曜	16:30~18:00	小学校4年生~大人	20名

### チアダンス 子ども

クラス	曜日	時間	対象	定員
初級	金曜	16:45~17:35	(目安)年少~小学校2年生	12名
中級		17:45~18:35	(目安)小学校3年生~中学校3年生	15名

### ボールエクササイズ 大人

曜日	時間	対象	定員
水曜	10:00~11:00	一般(高校生以上)	20名

スポーツ教室  
料金や詳細は  
こちらから  
チェック!

コチラも要チェック 1回から利用できるから、初めてでも安心! 利用料金のご案内

【トレーニングルーム】		【スタジオ】		【スタジオプログラム定期券】	
	大人	小中高生	プログラム時間		利用可能施設
1回券	630円	320円	30分	520円	スタジオのみ
11回券	6,300円	3,200円	40分・45分・50分	630円	スタジオ・武道場共通
			60分	950円	平日夜 スタジオ・武道場共通 (18時~21時まで)

※トレーニングルームは有酸素マシン・ウエイトマシン・クライミング・フリーウエイトが対象となります。  
※購入済ご利用券の払い戻し、返金はできません。

※トレーニングルームとの併用利用で1レッスンから200円の割引となります。  
※割引は1日1回限りです。

※定期券の有効期限は購入日から1ヶ月間となります。  
※初回のみ14日間使える「スタジオお試し定期券(2,100円)」もございます。

【スタジオ】  
●受付は各プログラム開始30分~5分前までの先着順(定員制) ●高校生以上の方からご利用いただけます。●途中入場・途中退場は危険ですのでご遠慮ください。  
●プログラムやインストラクターは変更する場合がございますので館内掲示板またはHPをご確認ください。

【トレーニングルーム】  
●屋内シューズ、トレーニングに適した服装でご利用ください。※レンタル(ウェア、シューズ、タオル)は各210円(税込)でご利用いただけます。●年齢によってはご利用いただけない設備がございます。●未就学児の方の入場はご遠慮ください。