

大和スポーツセンター

☎046-261-6200

随時つぶやき中!
@y_sportscenter

〒242-0029 大和市上草柳1-1-1
開館時間 9:00~21:00(受付時間は20:00まで) 休館日: 第3月曜日(その日が休日の場合はその翌平日)
お問い合わせメールアドレス sports-kyoushitsu@yamato-zaidan.or.jp ※教室のお申し込みはできません。

の教室申し込みはこちらから

スポチャレ④

日 2/3(土) 9:30~12:30

市内在住・在学の小学生(120人) 無料 1/20(土)必着

複数のスポーツ種目を一度に体験しよう!!
※種目はホームページをご参照ください。



春休み子ども体操 [全4回]

日 3/28(水)~31(土)

A. 9:00~10:30 B.10:45~12:15 C.13:30~15:00

小学新1~新6年生 (各コース40人)
A・Bコース…
小学新1~新2年生対象
Cコース…
小学新3~新6年生対象
3,000円 2/21(水)必着

マット、とび箱、鉄棒、トランポリンの4種目を4日間集中して行います。基本から練習するので苦手な種目を克服するチャンス!



第28回ミックスダブルステニストーナメント

日 2/24(土)・25(日) (予備日 3/3(土)・4(日)) 9:00~

初級者(学生不可)・男女
※予備日を含め全日程参加できるペア(40組)
5,000円
市内ペア12/23(土・祝)9:30~
市外ペア 1/6(土)9:30~

大和スポーツセンター会議室にて直接
・ペアのどちらかが市内在住であれば市内申込が可能
・市内申込の際に身分証の提示が必要
・参加者本人が申込してください(代理不可)
・申込書はホームページからダウンロード可能

初心者・初級者向けの混合ダブルステニス大会です。日頃の練習の成果を発揮するチャンス! 入賞者には豪華賞品もあります!



Fight フィットネス③ [全12回]

日 1/13~3/31(毎週土) 19:45~20:45

18歳以上(高校生不可)40人
6,000円 12/16(土)9:00~

格闘技で用いるキックやパンチなどの動作を行う有酸素系のプログラムです。



スポーツ健康相談③

日 1/14(日) 7:00~12:00

健康に不安のある方
無料 当日
大和なでしこスタジアム
身体の悩みを接骨院の先生に無料で相談できます。
・大和市駅伝競走大会と合同開催



親子で楽しむアルティメット教室

日 1/21(日) 10:00~12:00

大和スタジアム ※雨天時は室内練習場で開催
市内在住、在学の小学生と保護者(30組)
※保護者が市内在勤の場合も申込可

無料 1/14(日)必着
2024年オリンピック競技になるかも!?
アルティメットとは、バスケットボールとアメリカンフットボールを合わせたような競技で、フライングディスクを使って7人で戦います。親子で楽しく体験してみませんか。



エアロビクス(夜間の部)⑥ [全8回]

日 2/8~3/29(毎週木) 19:00~20:00

高校生以上(40人) 5,000円
1/18(木)9:00~

有酸素運動で脂肪燃焼! 音楽に合わせて楽しくエクササイズしましょう!



逆上がり特訓⑥

日 2/17(土) 15:30~17:00

小学1~3年生(20人)
1,000円 1/27(土)必着
逆上がりが苦手な子ども向けの特訓教室! 保護者向けのレクチャーもあります。



トレーニング講習会

トレーニング室を利用するには、事前に講習会を受講してください。(要予約)

場 トレーニング室 高校生以上(各12人)
400円 12/1(金)9:00~
※講習時間は全て1時間



1月分講習会	5 金 19:00~	19 金 13:30~	26 金 13:30~
	6 土 9:30~	20 土 17:00~	27 土 15:00~
	12 金 9:30~	21 日 9:30~	28 日 17:00~
	13 土 13:30~	22 月 13:30~	29 月 15:00~
	17 水 19:00~	23 火 15:00~	30 火 19:00~
	18 木 9:30~	25 木 19:00~	31 水 15:00~

2月分講習会	1 木 9:30~	11 日・祝 17:00~	21 水 9:30~
	4 日 9:30~	12 月・祝 9:30~	22 木 19:00~
	5 月 13:30~	13 火 15:00~	23 金 13:30~
	7 水 19:00~	15 木 17:00~	26 月 15:00~
	8 木 15:00~	16 金 19:00~	27 火 19:00~
	10 土 15:00~	17 土 13:30~	28 水 13:30~

ヨガ(午前) [全12回]

日 1/10~3/28(毎週水) 10:00~11:30

高校生以上(60人) 6,000円
12/13(水)9:30~

人気教室につき、申込開始初日8:50にピロティにて番号札を配布します。
・番号札は当日のみ有効です。
・番号札の配布が終わり次第キャンセル待ちとなりますので、予めご了承ください。
講師が一から教えてくれますので、初めての方でも安心してご参加いただけます。



ヨガ(午後) [全12回]

日 1/11~3/29(毎週木) 13:15~14:45

高校生以上(60人) 6,000円
12/14(木)12:55~

人気教室につき、申込開始初日12:00に2階会議室前にて番号札を配布します。
・番号札は当日のみ有効です。
・番号札の配布が終わり次第キャンセル待ちとなりますので、予めご了承ください。
講師が一から教えてくれますので、初めての方でも安心してご参加いただけます。



合気道③ [全12回]

日 1/12~3/30(毎週金) 19:00~20:30

中学生以上(65人)
6,000円
12/15(金)9:00~

心身の鍛錬や礼儀作法を習得します。初心者大歓迎です。



太極拳③ [全12回]

日 1/13~3/31(毎週土) 18:30~19:30

高校生以上(65人)
5,000円
12/16(土)9:00~

ゆったりと流れるような動きが特徴。運動が苦手な方にも最適です。



年末年始 休館・休場のお知らせ

施設名	12月				1月			
	28	29	30	31	1	2	3	4
大和スポーツセンター	窓口(入金・還付)	17:00まで	●	●	●	●	●	8:55から
	屋内施設	18:00まで	●	●	●	●	●	12:00から
	トレーニング室	●	●	●	●	●	●	12:00から
	競技場	17:00まで	●	●	●	●	●	13:00から
屋外スポーツ施設(野球場・スポーツ広場)	通常どおり	●	●	●	●	●	通常どおり	
草柳庭球場	17:00まで	●	●	●	●	●	11:00から	
大和スタジアム(施設・窓口)	通常どおり	●	●	●	●	●	通常どおり 窓口は9:00から	
引地台温水プール	通常どおり	●	●	●	●	●	通常どおり	

※●印が休場・休館日です。
※1/4(木)~7(日)のスポーツ施設利用料金の入金期限は、12/28(木)17:00までです。この日までに入金されない場合は、1/4(木)8:30に施設を開放します。
※1/8(月)以降は通常どおり5日前までの入金期限となります。

屋外スポーツ施設 冬期休場等のお知らせ

施設名	期間
つきみ野野球場	12/29(金)~3/9(金)
宮久保野球場	
下福田野球場	
下福田スポーツ広場	2/6(火)~2/8(木)
宮久保スポーツ広場	1/23(火)~1/26(金)
桜森スポーツ広場	1/31(水)
大和なでしこスタジアム	フィールド 12/28(木)17:00~3/31(土) (芝養生)
	全面 1/16(火)~1/20(土)・1/22(月) 9:00~17:00(17:00~開放)

※野球場(つきみ野・宮久保・下福田)は、芝養生のため3月中7:00~9:00の利用ができません。

子供と一緒に始めた頃は、足がつかっていたのが週1回来てくれるうちに、足がつかなくなってきたことに気づき、週1回でも続けることは良いことだと思っこの頃。温水プール ぴーなっく