

ガイドと歩く・ヨガ&しなやかストレッチ 親子リトミック・フラダンス体験教室開催

せとすぽ通信

平成 30 年春号
Vol.01

一般 ヨガ&しなやかストレッチ

いつまでも元気に過ごすための身体作りを目指しましょう。
美しい姿勢、歩き方のアドバイスも行います。

日 時：第1回6月22日（金）
第2回7月 6日（金）
10時40分～11時40分
定 員：15人
参加費：一人200円
申込み：先着順
窓口6月4日（月）から
電話6月5日（火）から



女性 フラダンス体験教室

楽しく踊って健康を維持しましょう♪
初心者の方も、お気軽にご参加ください。
*Tシャツ、動きやすい服装

日 時：5月14日（月）
11時30分～13時30分
対 象：女性
参加費：無料
定 員：20人
申込み：先着順
窓口4月15日（日）から
電話4月17日（火）から

中高年 ガイドと歩く旧東海道「保土ヶ谷宿」

保土ヶ谷駅に集合し、問屋場跡、金沢横町、軽部、本陣跡旅籠・本金子屋跡、上方見付、元町橋、権太坂、境木地藏品濃一里塚をガイドと一緒に歩きます。

日 時：5月15日（火）雨天中止
9 時 30 分 保土ヶ谷駅改札集合
12時頃 東戸塚駅解散
*交通費等は実費になります。
定 員：15人
参加費：一人300円（保険代及び資料代として）
申込み：先着順 窓口4月17日（火）から
電話4月18日（水）から

未就園児 親子リトミック教室(全4回)

未就園児の五感の発達を育み、集団での遊びを楽しみましょう。またお母さん同士の交流の場として、ぜひご参加下さい♪

日 時：5月 7日（月） 5月17日（木）
5月29日（火） 6月 6日（水）
10時～11時15分
定 員：15人
参加費：1,000円（全4回分）
申込み：先着順
窓口4月15日（日）から
電話4月17日（火）から



◆6月以降の催し◆

- ・特訓体育教室（小学生に跳び箱や鉄棒などを指導）
- ・小学生卓球デー（小学生限定の卓球開放日）
- ・小学生工作（ストローで正多面体作り）

- ◎毎月第2金曜日 午前9時～午後0時
- ・親子ひろば（未就園児とその保護者に体育室を開放）



瀬戸ヶ谷スポーツ会館

住 所 横浜市保土ヶ谷区瀬戸ヶ谷町 71
電 話 045-712-2412
開館時間 月曜～土曜：午前9時～午後9時
日曜・祝日：午前9時～午後5時
休 館 日 第3月曜日及び年末年始
*第3月曜日が祝日の場合は翌日が休館日になります。
*年末年始は12月28日～1月4日になります。

指定管理者 一般社団法人
保土ヶ谷区区民利用施設協会