


バレーボール教室 ～小中学生クラス～

ボールを使ってみんなで楽しく遊ぼう！

FC東京バレーボールチーム  の専門コーチが、
参加者のレベルに合わせたレッスンをを行います！
初心者の人でも楽しめる内容なのでお気軽にどうぞ！

日時

10月12日(木)・10月26日(木)
11月9日(木)・12月14日(木)
17:15～18:45

場所

上井草スポーツセンター
B1F 体育館

対象

小中学生
※定員40名

申込

申込開始 → 9月15日9:00～
①電話にて申込:03-3390-5707
②施設総合受付にて申込
③メールにて申込:下記を参照してください

参加費

おひとり:770円
※当日券売機にてチケットを購入し
施設受付でお渡しください

★メール申込方法★

【宛先】fc-ivent@suginami-ttm.com

【件名】バレーボール

【本文】(1)参加希望日

(2)参加者氏名(ふりがな)

(3)学年・年齢

(4)お電話番号

持ち物

着替え・飲み物・タオル
室内シューズ(裏が飴色のもの・
トレーニングシューズや黒色は不可)

詳しくは裏面をご確認ください

指導担当

FC東京 バレーボール普及コーチ



申込開始

毎月15日9:00～ 翌月分のイベント申込ができます

ただし15日が休館日の場合は、翌16日9:00～となります

メール

担当者からの返信に時間がかかる場合がございます

三営業日経ってもメールの返信が届かない場合には、お手数ですが

上井草スポーツセンター(03-3390-5707)までお電話にてご確認ください

※イベント当日のメール申込はできません

キャンセル

お早めにメール又は上井草スポーツセンター(03-3390-5707)までお電話でご連絡ください

※当日キャンセルはお電話のみ

注意事項

①眼鏡を着用してのご参加は、安全上ご遠慮ください ※スポーツ眼鏡は可

②お着替えの際は、更衣室をご利用ください

③イベント中に起きたケガ・事故等につきましては、応急処置は行いますが

保険の適用はございません

個人情報

ご提供いただいた個人情報は、当イベントの申込受付・ご連絡のみに利用いたします



上井草スポーツセンター
妙正寺体育館
HPはこちら
<http://www.suginami-ttm.com/>



上井草スポーツセンター
妙正寺体育館
公式ツイッターはこちら




上井草スポーツセンター
妙正寺体育館
フェイスブックはこちら

まずはお気軽にお問合せください！(03-3390-5707)

サッカー・バレーボール教室担当 森元・柏木・武内

バレーボール教室 ～家庭婦人クラス～

ボールを使ってみんなで楽しく身体を動かそう！
FC東京バレーボールチーム  の専門コーチが、
参加者のレベルに合わせたレッスンをを行います！
初心者の人でも楽しめる内容なのでお気軽にどうぞ！

日時

10月5日(木)・11月2日(木)・
11月30日(木)・12月7日(木)
17:15～18:45

場所

上井草スポーツセンター
B1F 体育館

対象

高校生以上の女性
※定員40名

申込

申込開始 → 9月15日9:00～
①電話にて申込:03-3390-5707
②施設総合受付にて申込
③メールにて申込:下記を参照してください

参加費

おひとり:1020円
※当日券売機にてチケットを購入し
施設受付でお渡しください

★メール申込方法★

【宛先】fc-ivent@suginami-ttm.com

【件名】バレーボール

【本文】(1)参加希望日

(2)参加者氏名(ふりがな)

(3)年齢

(4)お電話番号

持ち物

着替え・飲み物・タオル
室内シューズ(裏が飴色のもの・
トレーニングシューズや黒色は不可)

詳しくは裏面をご確認ください

指導担当

FC東京 バレーボール普及コーチ



申込開始

毎月15日9:00～ 翌月分のイベント申込ができます

ただし15日が休館日の場合は、翌16日9:00～となります

メール

担当者からの返信に時間がかかる場合がございます

三営業日経ってもメールの返信が届かない場合には、お手数ですが

上井草スポーツセンター(03-3390-5707)までお電話にてご確認ください

※イベント当日のメール申込はできません

キャンセル

お早めにメール又は上井草スポーツセンター(03-3390-5707)までお電話でご連絡ください

※当日キャンセルはお電話のみ

注意事項

①眼鏡を着用してのご参加は、安全上ご遠慮ください ※スポーツ眼鏡は可

②お着替えの際は、更衣室をご利用ください

③イベント中に起きたケガ・事故等につきましては、応急処置は行いますが

保険の適用はございません

個人情報

ご提供いただいた個人情報は、当イベントの申込受付・ご連絡のみに利用いたします



上井草スポーツセンター
妙正寺体育館
HPはこちら
<http://www.suginami-ttm.com/>



上井草スポーツセンター
妙正寺体育館
公式ツイッターはこちら



上井草スポーツセンター
妙正寺体育館
フェイスブックはこちら

まずはお気軽にお問合せください！(03-3390-5707)

サッカー・バレーボール教室担当 森元・柏木・武内