


# 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！

※別紙『FC東京担当イベント参加時のお約束事項』を必ずご確認ください

日時

11月12日(木)・11月26日(木)  
17:15～18:45

場所

上井草スポーツセンター  
B1F 体育館(屋内)

対象

小中学生  
※定員24名

申込

申込開始 → 10月16日(金) 12:00～  
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:780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(裏が紺色のみは可、  
トレーニングシューズや黒色は不可)

※お申込みは先着順となります

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 12:00～ 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 12:00～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会場入場時に手指・シューズ裏の消毒にご協力ください。
- ④当日体調が優れない場合は、無理をせずご参加の自粛をご検討ください。

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・ご連絡の他、新型コロナウイルス感染症対策のため必要に応じて、区や保健所へ報告する際に利用させていただく可能性がございます。



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 森川・柏木

# 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！

※別紙『FC東京担当イベント参加時のお約束事項』を必ずご確認のうえ、ご参加ください

日時

11月5日(木)  
17:15～18:45

場所

上井草スポーツセンター  
B1F 体育館(屋内)

対象

高校生以上の女性  
※定員24名

申込

申込開始 → 10月16日(金) 12:00～  
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:1,040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(裏が鉛色のは可、  
トレーニングシューズや黒色は不可)

※お申込みは先着順となります

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 12:00～ 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 12:00～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会場入場時に手指・シューズ裏の消毒にご協力ください。
- ④当日体調が優れない場合は、無理をせずご参加の自粛をご検討ください。

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・ご連絡の他、新型コロナウイルス感染症対策のため必要に応じて、区や保健所へ報告する際に利用させていただく可能性がございます。



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 森川・柏木