令和７年度　前期版

武　蔵　野　総　合　体　育　館　の

ワンデーレッスン

保育

インターネットで事前に申込み！

卓球／ラージボール卓球

卓　　球：硬式ボール（４０ミリボール）を使用して、基本的な打ち方から試合での戦術まで幅広く指導します。
ラージボール卓球：大き目のボール（４４ミリボール）を使用して、初めての方や初心者でも簡単にラリーが楽しめます。

曜日	クラス	定員	時　間	指　導	
月	卓球	32 名	９：30～11：30	武蔵野市 卓球連盟	４名
	ラージボール卓球	24 名			３名

令和７年４月～９月の開催日程は裏面をご覧ください。

会　　場　武蔵野総合体育館　１階　卓球室

対　　象　１５歳以上の初級者・中級者（中学生を除く）
※妊娠されている方はご遠慮ください。

参加方法　別紙、「ワンデーレッスンのお申込みから参加まで」をご参照ください。

参 加 費　１回 410 円

市民カードをお持ちの方は　●大人用カードで 200 円　●ゴールドカード（65 歳以上の方）で 100 円　子ども用カードで 50 円　●プラチナカード（障がいのある方）で無料

持 ち 物　運動できる服装（※）、室内履き、ラケット（貸出あり）

※更衣室の混雑緩和のため、運動できる服装でご来館ください。

※お申込時にいただいた個人情報は「武蔵野市文化・スポーツ・生涯学習ネット」を運営する武蔵野文化生涯学習事業団が管理運営する施設の予約、教室の実施・運営に必要な範囲でのみ使用し、それ以外の目的で使用することはありません。

お申込み・お問合せは　////DO SPORTS!
武蔵野総合体育館　〒180-0001 武蔵野市吉祥寺北町 5-11-20
TEL.0422-56-2200　FAX.0422-51-5493　https://www.musashino.or.jp/

公益財団法人　楽しむ、出会う、わかちあう
武蔵野文化生涯学習事業団

開催日程表

（令和７年４月～令和７年９月）

教室名 / 月	卓　　球	ラージボール卓球
４月	７・21	14・28
５月	12・26	19
６月	９・30	２・23
７月	14	７・28
８月	４・25	18
９月	８・29	１・22

◇一時保育利用が可能です（４月 28 日除く）。詳しくは一時保育チラシをご確認ください。

◇令和７年 3 月現在の予定です。変更または中止になる場合がありますので、ホームページやお電話でご確認の上ご参加ください。

◇受付は教室開始 10 分前から会場前にて行います。

◇遅刻参加については、参加者の安全面やレッスンの進行を考慮して、開始 10 分以降はお断りいたします。