

A 荻窪体育館

☎ 03-3220-3381

📍 荻窪3-47-2



開場時間 9:00~21:00 休場日 毎月第3水曜日、年末年始

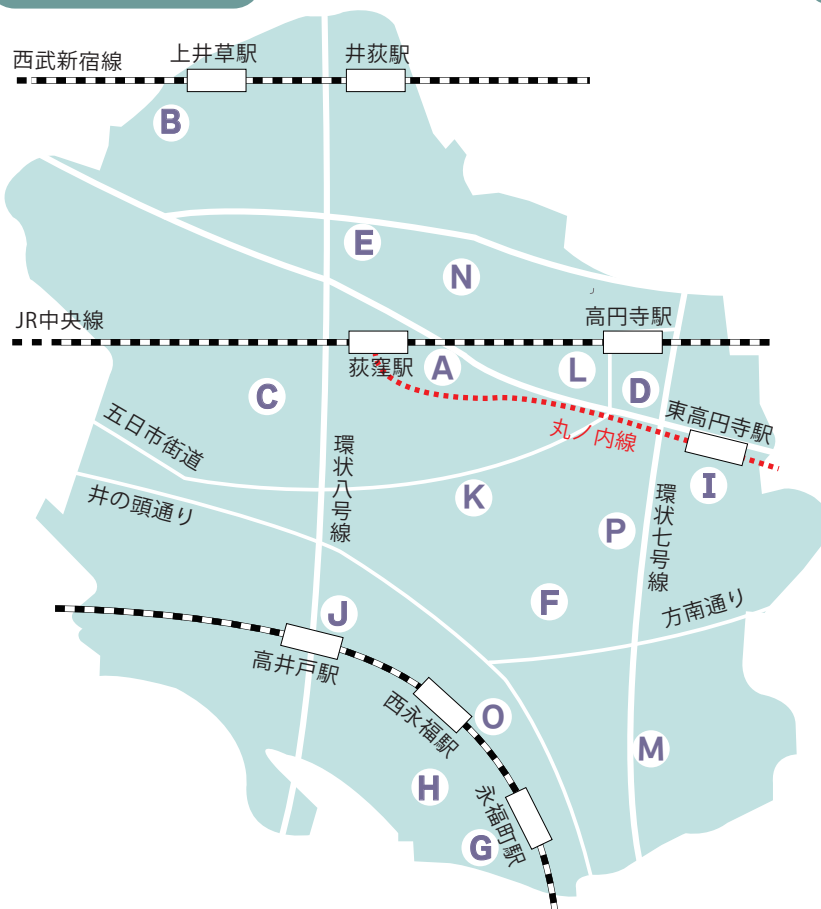
ホームページ <https://information.konamisportsclub.jp/trust/ogikubo/>

交通 JR・東京メトロ丸ノ内線「荻窪駅」から徒歩7分



A	教室名		教室内容	対象 定員	申込方法	参加費	障害者 参加
	日程	時間					
A1	楽しく健康タイム (カーヴィーダンスサイズ①)		【要予約】 音楽に合わせて身体を温めて動き ましょう。	15歳以上 (中学生除く) 各5名	前週 木曜日 午後2時から 電話申込	無料 通常は 410円	要 相 談
	10/7~12/9 毎週水曜日 (10/21、11/18を除く)	11:00~ 11:50					
A2	楽しく健康タイム (カーヴィーダンスサイズ②)		【要予約】 楽しく踊りながら気持ちよく汗をか いて動きましょう。	15歳以上 (中学生除く) 各5名	前週 木曜日 午後2時から 電話申込	無料 通常は 410円	要 相 談
	10/7~12/9 毎週水曜日 (10/21、11/18を除く)	12:00~ 12:50					
A3	ふらっとエクササイズ		【要予約】 姿勢改善、代謝向上の為の自重ト レーニングとストレッチを織り交ぜた 運動教室です。	15歳以上 (中学生除く) 各5名	前週 土曜日 午後2時から 電話申込	無料 通常は 600円	要 相 談
	10/10・24、11/14・28、 12/12の土曜日	11:10~ 12:40					

施設MAP



施設MAP 施設一覧

- A 荻窪体育館
- B TAC杉並区上井草スポーツセンター
- C 大宮前体育館
- D 高円寺みんなの体育館
- E TAC杉並区妙正寺体育館
- F 松ノ木運動場
- G TAC杉並区永福体育館
- H 下高井戸運動場・区民集会所
- I 杉並第十小学校温水プール
- J 高井戸温水プール
- K コミュニティふらっと成田
- L コミュニティふらっと馬橋
- M コミュニティふらっと方南
- N コミュニティふらっと本天沼
- O コミュニティふらっと永福
- P スポーツハイツ