

水泳教室

- ・アクアビクス
- ・水中ウォーキング

体操教室

- ・トランポリン

こども向け
教室も
あります!

駐車場完備、競技場、
屋内温水プール、
トレーニング室で
スポーツを
お楽しみください!

充実した
プログラムを
多数ご用意。

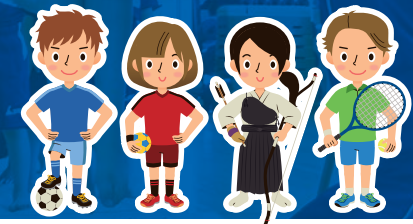
名古屋市天白スポーツセンター

5月からの教室生徒募集

あなたにピッタリな
運動を始めよう!

その他の教室

- テニス教室・サッカー教室
- フットサル教室・弓道教室・
- ボッチャ教室など



エクササイズ

ヨガ・ピラティス教室

名古屋市
天白スポーツセンター

<https://www.tenpaku-sc.jp>

〒468-0051 愛知県名古屋市天白区植田3丁目1502

052-806-0551

アクセス 地下鉄鶴舞線植田駅より徒歩3分

指定管理者／TAC・テルウェル共同事業体
代表団体／株式会社東京アスレチッククラブ 構成団体／テルウェル西日本株式会社



●駐車料金

種別	料金
1回(30分以内は無料)	300円
回数券	11回綴 3,000円 25回綴 5,000円

●利用時間・休館日

施設	利用時間	休館日
第1競技場 第2競技場 軽運動室 弓道練習場 会議室	月～木・土曜日 及び第2・4日曜日 第2・4・5金曜日 及び第1・3・5日曜日・ 祝休日 9:00～21:00 9:00～18:00	第1・3金曜日 (祝休日の場合は開館) 及び 年末年始 (12/29～1/3)
トレーニング室	月～木・土曜日 第2・4・5金曜日 及び日曜日・祝休日 10:00～21:30 10:00～18:00	※第1・3金曜日(祝休日除く) は自主事業教室のみ実施し ます。各種受付、一般利用は 出来ませんので予めご了承 ください。
温水プール	月～木・土曜日 第2・4・5金曜日 及び日曜日・祝休日 10:00～20:30 10:00～18:00	※年末が第5金曜日の場合休館

※7月の土日祝日及び7/21～8/31の期間は、トレーニング室・温水プールも午前9時からご利用いただけます。

閉館時間	月～木・土曜日 (祝休日は除く)	第2・4日曜日	第1・3・5日曜日及び祝休日 並びに第2・4・5金曜日
	21時30分	21時	18時

●個人利用料金

施設	種別	大人	高齢者	小人
弓道練習場	1回券	200円	100円	100円
	定期券	1ヶ月券 1,600円 1年券 12,800円	500円 4,200円	800円 6,400円
	回数券	5回綴 1,000円 1ヶ月券 1,600円 1年券 12,800円	300円 500円 4,200円	400円 800円 6,400円
トレーニング室	1回券	300円	100円	100円
	定期券	1ヶ月券 1,600円 1年券 12,800円	500円 4,200円	800円 6,400円
	回数券	5回綴 1,000円 1ヶ月券 1,600円 1年券 12,800円	300円 500円 4,200円	400円 800円 6,400円
温水プール	1回券	500円	100円	200円
	回数券	11回綴 5,000円 25回綴 10,000円	1,000円 2,000円	2,000円 4,000円
	定期券	1ヶ月券 4,000円 1年券 32,000円	1,300円 10,600円	2,000円 16,000円

・大人とは、15歳以上の方(中学生又はこれに準ずる学校に在学の方を除く)です。
・障害者手帳の交付を受けている方は、手帳を提示していただくことにより利用料が無料となります。
・名古屋市在住の65歳以上の方は、敬老手帳、運転免許証などの提示により高齢者料金となります。
・小学校入学前の幼児の利用料は無料となります。
・トレーニング室をご利用になる中学生の方は、生徒手帳などの提示により、小人料金となります。

専用利用：競技場等の専用利用料金・案内については施設ホームページをご覧ください。



あなたに
ぴったりの教室で
チャレンジ
してみませんか？



【定期教室（全10回）】

曜日	教室・講座名	開講期間	回数	開講時間	対象	定員	受講料
月曜日	成人水泳Ⅰ	5/8～7/10	10	10:30～11:30	一般(中学生以上)	25名	7,500円
	キッズスイムⅠ			15:30～16:30	年少・年中・年長	30名	7,800円
	キッズジュニアスイムⅠ			16:30～17:30	年長～小学生	40名	
	ジュニアスイムⅠ			17:30～18:30	小学生	45名	
	ボッチャ教室			18:30～19:30	小学生以上	30名	
	ナイトヨガ			19:45～20:45	一般(中学生以上)	40名	
	大人のフットサル			19:45～20:45		30名	6,500円
火曜日	テニス教室	5/9～7/18	10	9:45～11:45	一般(中学生以上)	45名	6,500円
	キッズ体操Ⅰ			15:10～16:00	年少	30名	
	ジュニア体操ⅠA			16:00～17:00	年中・年長	35名	
	ジュニア体操ⅠB			17:00～18:00	小学生	40名	
水曜日	キッズスイムⅡ	5/10～7/19	10	15:30～16:30	年少・年中・年長	30名	7,800円
	キッズジュニアスイムⅡ			16:30～17:30	年長～小学生	40名	
	ジュニアスイムⅡ			17:30～18:30	小学生	45名	
	成人水泳Ⅱ			10:30～11:30	一般(中学生以上)	25名	7,500円
	親子水泳			11:30～12:30	満1歳から3歳	15組	
	水中ウォーキング			13:00～14:00	一般(中学生以上)	30名	
木曜日	成人水泳Ⅳ	5/11～7/20	10	19:20～20:20	一般(中学生以上)	25名	7,500円
	成人水泳Ⅲ			13:00～14:00			6,000円
	アクアビクスⅠ			11:00～11:45			
	アクアビクスⅡ			19:30～20:15		30名	
	キッズ体操Ⅱ	5/11～7/20		15:10～16:00	年少		6,500円
	ジュニア体操ⅡA			16:00～17:00	年中・年長	35名	
	ジュニア体操ⅡB			17:00～18:00	小学生	40名	
土曜日	弓道教室	5/13～7/15	10	13:00～15:00	一般(中学生以上)	25名	5,500円

※開講日程は、施設や講師の都合により変更する場合があります。※教室によっては道具、教材等をご準備いただく場合があります。



目的やレベルに合った
レッスンで、豊かなスポーツ
ライフをサポートします。

【自主事業教室】

定期教室							
曜日	教室・講座名	開講期間	回数	開講時間	対象	定員	受講料
金曜日	ゆったりヨガ	5/12～7/14	10	9:30～10:30	一般(中学生以上)	50名	6,500円
	健康ヨガ			10:45～11:45		40名	
	健康体操			9:30～10:30		20組	
	親子体操A			9:30～10:20	R3.4.2～R4.1.1までのお子様と保護者		
	親子体操B			10:30～11:20	R2.4.2～R3.1.1までのお子様と保護者	50名	
	ピラティス			13:00～14:00	一般(中学生以上)	40名	
	やさしいヨガ			14:15～15:15			
	サッカー教室A			15:00～16:15	年長～小学1年生	30名	7,800円
	サッカー教室B			16:30～17:45	小学2年生～小学6年生		6,500円
	フレイル予防エクササイズ			18:15～19:15	一般(中学生以上)	40名	
	ナイトヨガ			19:30～20:30			
	成人水泳I	5/12～7/21	10	10:15～11:15		20名	7,500円
	成人水泳Ⅱ			13:30～14:30			

新規
スクール
開校!!

月額制教室							
曜日	教室・講座名	開講期間	回数	開講時間	対象	定員	受講料
金曜日	トランポリン教室	R5.5/12 ～ R6.3/29	41	16:00～17:00	小学生	10名	6,600円
	キッズスイミングスクール			15:30～16:30	年少・年中・年長	30名	
	キッズジュニアスイミングスクールA			16:30～17:30	年長～小学生	40名	
	ジュニアスイミングスクール			17:30～18:30	小学生		
土曜日	キッズジュニアスイミングスクールB	R5.5/13～R6.3/30	41	8:45～ 9:45	年長～小学生	40名	6,600円

※スイミングスクールは進級基準に基づき水慣れから4泳法を丁寧に指導します。※2か月に1回進級テストを実施します。※年間45回制にて実施します。(令和5年度は41回)

スイミングスクールの 級認定制度について

月額制教室のスイミングスクールではお子様の個々に
合った指導を行うため、現段階での泳力をチェックし、
独自の級認定制度を導入いたします。
級認定はお子様か4泳法を泳げる
ようになるまでの過程・到達基準
であり、優劣を決めるものでは
ございませんのでご安心ください。



級	認定内容	級	認定内容	級	認定内容
20級	顔つけ3秒の習得	13級	クロール12.5m(呼吸有り)の習得	6級	バタフライ25mの習得
19級	潜り5秒の習得	12級	クロール25mの習得	5級	クロール50mの習得
18級	伏し浮き5秒の習得	11級	背泳ぎキック12.5mの習得	4級	背泳ぎ50mの習得
17級	けのび4m、背浮き3秒の習得	10級	背泳ぎ25mの習得	3級	平泳ぎ50mの習得
16級	バタ足12.5m(顔上げビート板有り)の習得	9級	平泳ぎキック12.5mの習得	2級	バタフライ50mの習得
15級	グライドキック5mの習得	8級	平泳ぎ25mの習得	1級	個人メドレー100mの習得
14級	面かぶりクロール7mの習得	7級	バタフライキック12.5mの習得		

※指定のスイミングキャップ(660円)の購入をお願いいたします。

5月8日(月)・5月11日(木)～
スタート!!

【1Day教室】

1回350円で
参加できます!!



曜日	教室・講座名	開講時間	内容	受講料(1回)
月曜日	やさしいヨガ	9:30～	呼吸を意識しながらゆっくりポーズをとることで自律神経と心身のバランスを整えます。	350円
	ソフトエアロ	10:45～	簡単な有酸素運動でリズムに合わせて楽しく体を動かしてきます。	
木曜日	ズンバ	9:30～	大人気のダンス系エクササイズです。ラテン系を中心とした音楽に合わせて楽しく身体を動かしていきます。	350円
	シンプルエアロ	10:45～	シンプルな動きの有酸素運動です。クールダウン時に筋コンディショニングを取り入れていきます。	

※開始後の開催日程は施設へお問い合わせください。※開始30分前からチケットの販売を行います。チケットの購入は1人1枚までをお願いします。※教室参加料は、教室開始前に受付窓口でお支払いいただけます。

申込方法のご案内

下の3通りから選んでお申しください。

1 往復ハガキでお申し込み

往復ハガキに必要事項を
ご記入の上ご応募ください。
(当欄右に記載見本があります。)

※返信用ハガキにご住所・氏名を
ご記入ください。

2 窓口で申し込み

返信用の官製ハガキをお持ち
いただき、窓口配布の「応募用紙」に
必要事項すべてをご記入の上、
窓口にて直接ご応募ください。

※返信用ハガキにご住所・氏名を
ご記入ください。

3 ネットで申し込み 各ホームページよりご応募ください。

定期教室

https://ttzk.graffer.jp/city-nagoya

名古屋市 電子申請サービス

自主事業教室

https://www.tenpaku-sc.jp

天白スポーツセンター

- 注意
事項**

 - 募集人数より申込人数が大幅に少ない教室はやむを得ず中止になる場合がございます。
 - 申込者が定員を超える場合は、抽選となります(名古屋市在住の方を優先します)。
 - 当選された方はキャンセルが無いようにお願いします。
- 教室申込締切後も定員に空きがある教室は残り回数分の参加料で参加できます。
 - 参加対象は教室の参加に支障なく、グループ練習が可能な方になります。
 - 当選は返信ハガキ及びメールにてお知らせします。

**個人情報
保護方針**

TAC・テルウェル共同事業体は、利用者様からお預かりした個人情報について、その重要性を深く認識し、個人情報保護に関する法令及びその他の規範を遵守すると共に、以下の通り個人情報保護方針を定め、これを実行し維持します。①個人情報を提供して頂くにあたっては、必要な範囲内で適法且つ公正な手段によって行います。②お預かりした個人情報(以下、個人情報とします)を利用するにあたっては、お預かりした目的の範囲内で行います。③個人情報を適切かつ慎重に管理し、個人情報の紛失、破壊、改ざん及び漏洩等がないようにします。④個人情報を法令による等正当な理由がない限り第三者に開示、提供はいたしません。⑤お客様は当事業体に対して、「個人情報保護に関する法律」に定めるところにより、お客様ご自身に関する保有個人データを開示・訂正・削除する事を請求することが出来ます。⑥個人情報保護方針及び個人情報についてのお問い合わせは、右記までお願いいたします。

【名古屋市天白スポーツセンター】
〒468-0051
名古屋市天白区植田三丁目1502番地
TEL:052-806-0551