

27 エアロビクス

◆フット・ステップの会

シニアのためのソフトエアロビクス初級。体験可。木曜午後4時～5時、美原文化センターで 入1,000円 費1,500円 申遠藤☎090-4412-7524

◆ソフトエアロビクス「桜の会」

中高年の女性の方。金曜午後2時～3時30分、蒲田駅近くの会場で 入1,000円 費4,000円 申加藤☎3772-9455

◆MINT

女性のみ。エアロビクス、筋力トレーニング、ストレッチ。木・土曜(第1木曜を除く)午前10時～11時30分、大森西区民センターほかで 入1,000円 費4,000円 申矢渡☎5493-4852

◆フィットネスサークル FEEL

ヨガとエアロビクス。月曜午後7時30分～8時30分、羽田三丁目の会場で 入1,000円 費2,500円 申小山☎080-3121-3182

28 その他ダンス

◆ジュニアダンス シンデレラ

いろいろなジャンルの楽しいダンス。月2～4回土曜①3歳～小学2年生＝午後4時～5時②小学3年生以上＝午後5時～6時30分、萩中文化センターほかで 入1,000円 費2,500円 申宮下☎090-3810-8924

◆羽田スコティッシュ・カントリー・ダンス・サークル

①月3回火曜午後1時30分～4時(うち1回は5時まで)②週末(不定期)午後3時～4時30分、萩中文化センターほかで 費500円、中学・高校生300円(1回)、300円(年) 申柳川☎090-4710-7367

29 バレエ

◆子どもバレエ フロリナ

4歳以上の方。体験可。金曜午後3時20分から、日曜午前9時45分から、ライフコミュニティ西馬込で 費5,000円 申津山☎090-8018-9271

◆バレリーナはすぬま

4歳以上の方。火曜①未就学児＝午後3時45分～4時30分②小学生以上＝午後4時30分～5時45分、ふれあいはすぬまで 費5,000円 申佐瀬☎090-4028-7016



30 太極拳

◆大田陳式太極拳道友会

土曜午前9時45分～11時45分、洗足区民センターで 入2,000円 費2,000円 申岡☎090-7716-1136

◆馬込太極拳愛好会

火曜午後1時30分～3時30分、馬込文化センターで 入2,000円 費3,000円 申吉沼☎3772-0296

◆太極拳池上

初～中級クラスの楊名時24式太極拳、気功8段錦と練功18法(上段と下段)。月4回日曜午前9時30分～11時30分、大田

文化の森ほかで 入1,000円 費2,500円 申是永☎3759-5988

◆太極拳嶺町

初心者可。月3回日曜午前10時～正午、田園調布せせらぎ館ほかで 費3,500円 申福原☎090-8777-9331

◆太極拳大田

初心者可。月3回土曜午前10時～正午、大田区民プラザほかで 費3,500円 申福原☎3757-4886

◆太極拳 山の会

月曜午後6時45分～8時45分、徳持小学校で 入2,000円 費2,500円 申磯野☎090-2219-9566

◆太極拳けやきクラブ

水曜午後2時～4時、下丸子二丁目の会場で 入2,000円 費3,000円 申町田☎080-5196-9031

◆大田太極拳愛好会

水曜午後6時45分～8時45分、徳持小学校で 入2,000円 費2,500円 申佐藤☎090-8489-3519

◆気功太極拳養生会

体験可。月曜午後1時30分～3時、大田文化の森で 費3,000円 申北島☎6326-1399

◆大森健康太極拳

体験可。木曜午後2時から、大森スポーツセンターで 費800円(1回) 申綱島☎3768-6962

◆太極拳美原

月曜午前10時～11時30分、美原文化センターで 費2,500円 申竹内☎090-9238-4503

◆梅香会

初心者可。金曜午後2時～3時30分、蒲田図書館で 入1,000円 費2,500円 申國分☎3753-4017

◆梅屋敷太極拳

初心者可。月曜午後7時～8時30分、蒲田図書館で 入1,000円 費2,000円 申遠藤☎3742-3193

◆ヒーリング太極拳

初心者可。月5回水・土曜午前10時～11時30分、六郷地域力推進センターほかで 費500円(1回) 申白井☎070-1063-2825

◆太極拳 養生塾洗足池

第2・4木曜午前10時～11時30分、洗足区民センターで 費2,000円 申加藤☎3726-6008

◆太極拳 大森

第2・4月曜午前10時15分～11時30分、大森北二丁目の会場で 費2,300円 申渡辺☎3761-5207



31 少林寺拳法

◆少林寺拳法「蒲田東」

護身術など。親子入会可。月・木曜午後7時から、蒲田小学校ほかで 入3,000円 費2,000円、4,000円(年) 申南☎080-6708-3779

32 剣道・居合道

◆小池自治会剣道部

水曜午後7時から、土曜午後6時30分から、小池小学校ほかで 費1,500円

申石井☎080-5681-3032

◆居合道好会

全日本剣道連盟居合・夢想神伝流居合。日曜午後7時15分～9時、大森第四中学校で 費3,000円(年) 申原☎3754-8977

◆護心館 おおた支部

居合、剣術、チャンバラ。小・中学生。第1・3金曜午後4時から、池上文化センターで 費300円(1回) 申峯☎080-2349-4138

◆居合道大田区英信会

木曜午後7時～9時、大森第二中学校で 費3,000円 申平林☎3763-8403

33 テニス

◆田園調布ミニテニスクラブ

日曜午後4時～6時30分、調布大塚小学校で 費500円 申杉木☎090-6032-6062

34 野球

◆大田水門シャークボーイズ

中学生。硬式野球。土・日曜、祝日午前8時～午後5時、多摩川大師橋緑地野球場ほかで 入15,000円 費14,800円 申山根☎090-1469-5941

35 卓球

◆さつき会(卓球を楽しむ会)

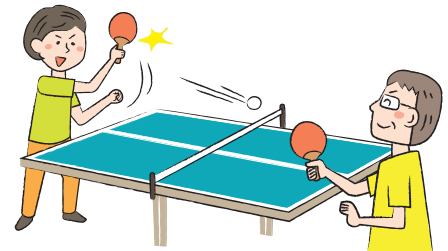
初～中級可。火曜午前9時～正午、エセナおおたで 費1,000円 申内田☎3773-1524

◆新樹クラブ

火曜午後1時～4時、萩中集会所で 入500円 費1,000円 申平山☎3735-0807

◆馬三クラブ

初～中級。木曜午後7時～9時30分、貝塚中学校で 費300円 申小林☎090-4363-7797



36 水泳・アクア

◆マルコスイミングクラブ

小・中学生。金曜午後7時15分～8時45分、矢口区民センター温水プールで 入2,000円 費2,000円 申川島☎3777-7434

◆大田区水泳協会

中学生以上。木曜午後7時15分～8時45分、矢口区民センター温水プールで 費3,000円 申小松☎090-4663-3345

◆ハギナカスイミングクラブ

火曜①3歳～小学生＝午後3時30分～4時45分②3歳～中学生＝午後6時～7時20分③中学生以上＝午後7時20分～8時40分、萩中公園プールで 費4,000円 申迫口☎090-2171-3530

◆ASPスイミング

水中歩行～上級。火曜午前9時30分～11時30分、矢口区民センター温水プールで 入1,000円 費3,500円 申山口☎080-3490-8660

◆さくらスイミングクラブ

体験可。金曜午後2時30分～4時30分、

矢口区民センター温水プールで

入1,000円 費4,000円 申浜田☎3754-7218

◆スマイルアクアビクスクラブ

体験可。木曜午後6時から、東調布公園プールで 入2,000円 費4,000円 申唐澤☎090-9822-0230



37 ヨガ

◆長原ヨガ

体験可。木曜①入門＝午後1時15分～2時30分②リラックス＝午後3時～4時15分、土曜③中級＝午前9時45分～11時④初級＝午前11時30分～午後0時45分、上池台一丁目の会場で 費1,500円(1回) 申松木☎050-3635-4252

◆佐保田ヨーガ

木曜＝池上老人いこいの家、金曜＝エセナおおた、午後6時30分～8時 費500円(1回) 申高橋☎070-9088-0782

◆ヨガ愛好会

女性のみ。月曜午後1時30分～3時、嶺町文化センターで 入1,000円 費3,000円 申田中☎090-5191-0514

◆ヨガサークル・ソイ

第4火曜午前10時15分～11時15分、雪谷文化センターで 費1,500円 申倉田☎090-9968-0186

38 ピラティス

◆ピラティスワークアウト

初心者可。月3回月曜午後2時から、ライフコミュニティ西馬込で 入2,000円 費4,500円 申宮島☎090-9145-5092

39 体操

◆気功経絡体操

丹田呼吸で健康増進をめざす東洋体操。体験可。火曜午前9時45分～正午、蒲田図書館で 入3,000円 費3,600円(4回) 申東☎090-4014-4690

◆わくわく体操

健康体操、ストレッチなど。見学・体験可。水曜午後7時～8時、大森スポーツセンターで 費1,500円 申大谷☎3762-9932

◆馬込体操クラブ

体験可。水曜午後1時30分～3時、馬込区民センターで 費1,500円 申藤田☎090-4060-4245

◆シェイプアップ

初心者可。月4回月・木曜午前10時から、ライフコミュニティ西馬込で 入2,000円 費4,000円 申津曲☎090-4540-5191

◆シニアの筋トレ体操

火曜午後1時～2時30分、北蒲広場で 費2,000円(3回) 申塩見☎090-3202-1685

◆宝塚OGが指導するストレッチ&ウォーキング&ダンス

月1回から参加可。見学・体験可。第1木曜午後2時30分～4時30分、第2・4木曜午後5時～7時、アプリコで 費2,500円(1回)、スタジオ代別 申福田☎090-1773-9426