

健康づくり・体力づくり・介護予防

東郷町 総合体育館

事業案内

togoわくわく体操塾

子ども向け運動教室 無料体験 随時実施中！



TISの元気なスタッフが、
子どもたちの未来を
サポートします！！



水中教室のみ
お問い合わせは
TISトレジムへ
TEL
0561-37-5812

基本的なからだの使い方や感覚を養う教室です!!
運動好きな子どもを育み、一人ひとりの可能性を広げます♪



子ども
体操教室



Jr.バスケット
ボール教室



Jr.サッカー
教室



Jr.ソフトテニス
教室



子ども
水中教室

体育館 スタジオレッスン

随時見学受付中！

※550円で体験も可能です。

大人向け

- ・クラシックバレエ
- ・ZUMBA
- ・フォークダンス
- ・骨盤修正ヨガ
- ・身体づくり教室

幼児・児童向け

- ・イングリッシュ&
ジャズダンス
- ・クラシックバレエ

問い合わせ：東郷町総合体育館 TEL 0561-38-6111 開館日 9:00～21:00 火曜日のみ 18:00～21:00

厚生労働大臣認定
健康増進施設

イーストプラザ いこまい館

事業案内

TISトレジム

はじめての方大歓迎！
楽しく汗を
かきましょう！

※トレジムご利用には初回オリエンテーションの受講(要予約)が必要です。
まずはお気軽にお問い合わせください。

筋トレマシン

有酸素マシン

レッスンプログラム

水中トレーニング



自分に合わせた運動ができます。
詳しくは左の二次元コードからご確認ください★



明るく元気なスタッフが、
あなたの健康づくりを
サポートします！



開館時間

午前9時～午後10時
(水中は午前10時～午後9時)
※日曜は午後6時まで

休館日

毎週火曜日(祝日の場合も休館)
その他、年末年始、いこまい館
メンテナンスによる休館あり

ご利用可能年齢

高校生以上

利用料

1回利用券…510円
1ヶ月定期券…3,600円～

問い合わせ

TISトレジム
TEL 0561-37-5812

ご利用の仕方
に合わせて選べる
料金設定です！

東郷町民会館

事業案内

火曜定休

問い合わせ：
TEL 0561-38-4111

詳しくはホームページを
ご確認ください！
<https://www.togo-tis.co.jp>

TISふれあい楽校

「教えるよろこび 学ぶたのしみ」を
サポートするTIS文化教室です。
詳しくはお問合せください。

パッチワークキルト教室

第1・3月曜日 午前10時～11時30分

アロマセルラケア教室

第3水曜日 午前10時～11時30分

ポーセラーツ教室

第2・4金曜日 午前10時～11時30分

リボンアート教室

第1・3土曜日 午後1時30分～3時

レザークラフト教室

第2・4土曜日
1部：午後1時30分～3時
2部：午後3時10分～4時40分

お習字・書き方チャレンジ!

奇数週クラス：第1・3水曜日 午後4時20分～6時20分
偶数週クラス：第2・4水曜日 午後4時20分～6時20分
※小学生対象
どちらかのクラスを入会時に選択いただきます。

とうとう歌声サロン

〈町民会館〉第1水曜日 午前10時～11時30分
〈いこまい館〉第3木曜日 午後2時～3時30分

にこっと声トレ教室

火曜・水曜クラス 午前10時～11時
木曜クラス 午後2時～3時
※この教室のお問合せは、いこまい館総合案内へ
TEL 0561-37-5811

指定管理者 東郷町施設サービス株式会社

ホームページ <https://www.togo-tis.co.jp/>

〒470-0162 東郷町大字春木字北反田35番地(東郷町総合体育館)
TEL 0561-37-1900(代)