



大学へのアクセス▶▶

世田谷キャンパス

新宿

小田急小田原線 190円
各駅停車 12~13分

梅ヶ丘

渋谷

東急田園都市線
160円
各駅停車・急行
4~5分

三軒茶屋

徒歩
3分

三軒茶屋

東急世田谷線
150円
6分

松陰神社前

町田キャンパス

小田急小田原線 340円

新宿

快速急行 21分
急行 27分

新百合ヶ丘

各駅停車・準急
4分

鶴川

多摩キャンパス

京王・小田急ともに340円

新宿

京王線
特急15分 / 急行21分

調布

京王相模原線
各駅停車・快速 14分
特急・急行 10分

京王・小田急

小田急線
快速急行 21分
急行 27分

新百合ヶ丘

小田急多摩線
各駅停車 10分
多摩急行 7分

永山

町田・多摩は駅からスクールバスをご利用いただけます。
また、お車での来校も可能です。
世田谷キャンパスへのお車での来校はご遠慮ください。

講座開講日

10 October

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

11 November

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

12 December

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

1 January

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

2 February

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

3 March

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

● 講座非開講 ※水泳は各講座日程をご覧ください。

お問い合わせはコチラまで!!

☎ 03-5451-8112

🌐 www.kokushikan.ac.jp/research/LLC/extension/

国士舘大学 スポーツ振興課

スポーツ 講座

夢をあきらめない



国士舘大学

Kokushikan

2017年 創立100周年



スポーツ講座 受講者募集中!!

10月▶3月

随時、お申込受付いたします。(水泳講座は除く)

柔道 幼児(5歳~)、小学生、中学生の三段階にわかれて、個々の目標にあわせて練習しています。この機会に柔道に触れてみてはいかがでしょうか。

世田谷 **場所** 体育・武道館 2階柔道場 **受講料** 24,000円

日時 木 18:30~20:30 土 17:30~19:30
上級コース 火・水 18:30~20:00 **対象** 5歳以上 **10/3~** 講座開始

水泳(キッズ) 遊びを主体として水慣れから楽しく水泳を覚えるクラスです。

世田谷 **場所** メイプルセンチュリーホール地下2階プール **受講料** 28,000円

日時 火 15:00~16:30
10/3、10/10、10/17、10/24、11/21、11/28、12/5、1/9、1/16、1/23、1/30、2/6、2/13、2/27 (全14回) **対象** 5歳以上 ※定員 25名 **申込受付期間** 9/1~9/12

剣道未来塾 初心者および親子受講歓迎いたします。実技終了後、武士の作法である茶道(お点前)を学びます。

町田 **場所** 第3体育館剣道場 **受講料** 24,000円

日時 土 14:00~15:30 **対象** 5歳以上 **10/7~** 講座開始

剣道 初心者、小学生、中学生への三段階にわけて行います。講師は、全国レベルの高級者が指導します。

世田谷 **場所** 体育・武道館 1階剣道場 **受講料** 24,000円

日時 水 19:00~20:00 (有段者クラス)
木 18:30~20:00 土 17:30~19:00 **対象** 5歳以上 **10/4~** 講座開始

水泳(ジュニア) 泳力によってグループにわけておこない、個人メドレーを完泳することを目標にしています。

世田谷 **場所** メイプルセンチュリーホール地下2階プール **受講料** 30,000円

日時 水 16:40~18:10
10/4、10/11、10/18、10/25、11/22、11/29、12/6、12/13、12/20、1/10、1/17、1/24、2/7、2/21、2/28 (全15回) **対象** 5歳以上 ※定員 30名 **申込受付期間** 9/1~9/12

新体操(女子) 新体操を通じ、子どもたちの明るく豊かな心と音楽を使って身体を動かす事で芸術性を身につけ、体の美しいバランスをととのえ、健康な身体を育てていくことを目標とします。

多摩 **場所** 体育館棟地下1階多目的フロア **受講料** 24,000円

日時 月 17:00~18:30 **対象** 5歳以上 中学生までの女子 **10/2~** 講座開始

空手道 礼儀作法を競技スポーツとして、またストレス発散、体力増強、健康維持など、生涯体育として一緒に楽しみましょう。

世田谷 **場所** 柴田会館 空手道場 **受講料** 24,000円

日時 幼児~初心者 水 15:50~16:50、土 14:00~15:00
小学生 水 17:00~18:30、土 15:15~16:45
中学生~一般 水 17:00~18:30、土 17:00~18:30 **対象** 5歳以上 **10/4~** 講座開始

水泳(競技力向上) スプリント能力向上のためのトレーニングを行います。トレーニング内容は科学的測定を行い、泳法(動作)分析をしたうえで決定していきます。

世田谷 **場所** メイプルセンチュリーホール地下2階プール **受講料** 16,000円

日時 木 19:00~20:30
10/5、10/12、10/19、10/26、11/9、11/16、11/30、12/7 (全8回) **対象** 小学生以上 **申込受付期間** 9/1~9/12

新体操(男子) 男子新体操を通じ美しい姿勢や礼儀を学び個性を育てることを目的とします。希望者は大会に参加することも可能です。

多摩 **場所** 体育館棟地下1階多目的フロア **対象** 小学生以上 (小学生以下は要相談)

日時 週一クラス 土 9:00~10:30 24,000円
週二クラス 火 17:00~18:30、土 9:00~10:30 36,000円
週三クラス 火 18:30~20:00、木 17:30~19:00 48,000円
土 10:30~12:00 **10/3~** 講座開始

シンクロナイズドスイミング 初心者コース、選手コースにわかれて練習します。講師はオリンピック代表の足立夢実氏。初心者の方、大歓迎です。

世田谷 **場所** メイプルセンチュリーホール地下2階プール **受講料** 36,000円

日時 火・木 18:00~19:30 **対象** 5歳以上 (高校生以上要相談) **10/7~** 講座開始

空手道 空手道を通じて、個々の目標を持ち、日々の努力ができる強い心を養う、達成感を得る喜びを持ちましょう。

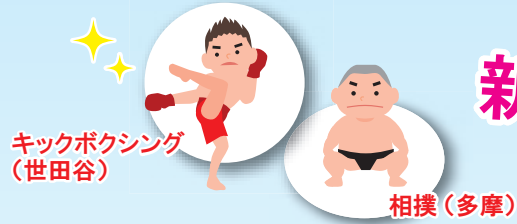
町田 **場所** 第3体育館剣道場 **受講料** 24,000円

日時 火・土 17:20~18:50
19:00~20:30 **対象** 5歳以上 **10/3~** 講座開始 (上級コースに関しては講師にお尋ねください。)

レスリング 幼児・小学生・中学生・高校生・一般の階級にわかれ、個々の体力、目標にあわせて練習します。

多摩 **場所** 体育館棟2階レスリング場 **対象** 5歳以上

日時 土 13:00~14:30 **受講料** 幼児・小学生 12,000円
中学生 18,000円
高校生・一般 24,000円 **10/7~** 講座開始



新講座も開講予定!!

※春期 4月~9月、秋期 10月~3月の2期制になります。(8月はお休みとなります。)

お気軽にお問い合わせください。