

社会教育関係登録団体名簿（令和5年度版）

その他体操

登録番号 2 - 010

団体名 グレイスシェリー新体操クラブ

会員数 20名

入会資格 3歳以上の児童

活動内容 会員の健康と技術の向上。地域イベントの参加。

活動場所 文京スポーツセンター

活動日 月・水・金 幼児15:30～16:30 小学生16:40～18:00

その他体操

登録番号 2 - 014

団体名 マイフィットネス クラブ

会員数 10名

入会資格 本会の活動趣旨・内容に賛同する女性。

活動内容 健康体操を通して、会員の健康増進及び会員の親睦をはかる。

活動場所 文京総合体育館

活動日 月曜日か土曜日 午後か夜間

その他体操

登録番号 2 - 032

団体名 S.R.G

会員数 12名

入会資格 6歳～大学生の女子

活動内容 新体操において地域イベントの参加。各種大会への出場。会員の健康と技術の向上。

活動場所 スポーツセンター、総合体育館

活動日 月・水・木(土) 18:30～21:30

その他体操

登録番号 2 - 045

団体名 自彊術火曜会

会員数 10名

入会資格 本会の活動趣旨に賛同する人。

活動内容 自彊術体操の学習を通じ、会員の体力向上と親睦を図る。

活動場所 白山交流館

活動日 火曜日午前

その他体操

登録番号 2 - 052

団体名 文京区活元運動同好会

会員数 15名

入会資格 本会の活動趣旨・内容に賛同する者。

活動内容 活元運動を実習し、無意識のからだの働きを支える運動を行い、体力の発揚を図る。

活動場所 アカデミー文京、障害者会館

活動日 土・日・祝日 10:00～15:00

社会教育関係登録団体名簿（令和5年度版）

その他体操

登録番号 2 - 069

団体名

文京区トランポリンクラブ

会員数 20名

入会資格 トランポリンを愛する者

活動内容 トランポリンの練習を通じて技術・健康の向上を図る。

活動場所 本郷小学校

活動日 日曜(13-18時)、火・金曜(18-21時)

その他体操

登録番号 2 - 075

団体名

根津自彊会

会員数 11名

入会資格 会の活動主旨に賛同する人。

活動内容 自彊術体操の学習を通じ、体力向上と親睦を図る。

活動場所 根津交流館

活動日 金曜日午前

その他体操

登録番号 2 - 129

団体名

自彊術やよい会

会員数 10名

入会資格 なし

活動内容 健康体操(自分の身体を動かして守るため)

活動場所 駕籠町会館

活動日 火曜日19:00~20:30

その他体操

登録番号 2 - 149

団体名

エアロたんぽぽ

会員数 44名

入会資格 原則として60歳以上の区内在住者で本会の目的に賛同する者。

活動内容 シニア向けエアロビクス。健康維持と相互親睦を図る。

活動場所 アカデミー茗台

活動日 毎週水曜日 10:00~11:30

その他体操

登録番号 2 - 209

団体名

LILAS

会員数 11名

入会資格 女性

活動内容 健康維持のためエアロビクスの練習

活動場所 総合体育館 多目的室

活動日 木曜日AM10:00~AM11:30

社会教育関係登録団体名簿（令和5年度版）

その他体操

登録番号 2 - 217

団体名

3B体操文京グループ

会員数 11名

入会資格 本会の活動趣旨・内容に賛同するもの

活動内容 3B体操を通じて、心身共に健康づくり

活動場所 スポーツセンター

活動日 毎週火曜日の午前

その他体操

登録番号 2 - 322

団体名

ちびっこ体育会

会員数 12名

入会資格 心身共に健康な子ども

活動内容 身体・英知を育む事を目的に運動遊び、自然体験を通し健全育成に寄与する。

活動場所 スポーツセンター、シビックセンター内

活動日 土曜日

その他体操

登録番号 2 - 446

団体名

エアロさつき会

会員数 24名

入会資格 医師から運動制限を受けていない人

活動内容 高齢者用エアロビクスの練習を通し、各自の運動能力を維持する。同時に会員の親睦を図ってひきこもり老人をなくす。

活動場所 アカデミー音羽・アカデミー茗台

活動日 毎週木曜日(月4回)午前中

その他体操

登録番号 2 - 457

団体名

エアロすみれ

会員数 46名

入会資格 本会の活動趣旨・内容に賛同するもの

活動内容 高齢者エアロビと介護予防体操による健康づくり

活動場所 シルバーセンター、シルバーホール

活動日 月曜日午前(抽選により定まりません)

その他体操

登録番号 2 - 461

団体名

汐見・向丘 健康づくりの会

会員数 20名

入会資格 本会の活動趣旨・内容に賛同するもの

活動内容 運動、栄養を通じたフレイル予防

活動場所 アカデミー向丘、向丘地域活動センター

活動日 第一火曜日・水曜日・第三木曜日

社会教育関係登録団体名簿（令和5年度版）

その他体操

登録番号 2 - 465

団体名

それいゆ

会員数 25名

入会資格 一人で会場に来られる人、医師より運動を勧められている人。

活動内容 各種運動を通して会員の美容と健康を保ち、健康寿命100歳迄を目標とし、活動成果を地域に還元し地域の活性化に寄与する。

活動場所 シルバーホール4F、区民センター、アカデミー茗台8階

活動日 毎週金曜日 午前9:30～11:30

その他体操

登録番号 2 - 494

団体名

茗台さくら会

会員数 30名

入会資格 区民、活動趣旨に賛同するもの

活動内容 転倒骨折予防

活動場所 アカデミー茗台

活動日 第1・第3 火曜日 午前

その他体操

登録番号 2 - 499

団体名

まつぼっくり

会員数 27名

入会資格 本会の活動趣旨・内容に賛同する者

活動内容 転倒防止を目的とした体操を行い会員相互の交流を深める。

活動場所 アカデミー茗台

活動日 第2、第4月曜日

その他体操

登録番号 2 - 500

団体名

朝からピラティス

会員数 10名

入会資格 本会の活動趣旨・内容に賛同するもの

活動内容 ピラティスを行い会員の健康維持。

活動場所 アカデミー向丘

活動日 毎週水曜日午前中(10:30～12:00)

その他体操

登録番号 2 - 503

団体名

経絡体操の会 三童会

会員数 12名

入会資格 健康維持に関心があり、前向きな方

活動内容 健康維持と体力の向上を図る。寿命の前10年間で自立して生活する事を目的とする。

活動場所 根津交流館

活動日 毎週月曜日14:00～16:00

社会教育関係登録団体名簿（令和5年度版）

その他体操

登録番号 2 - 508

団体名

エアロ土筆会

会員数 44名

入会資格 男女不問、60歳以上、健康な方

活動内容 老化予防、健康維持、介護予防。交流を深め親睦を図り、美しくやりたい事を目的とする。

活動場所 シルバーホール

活動日 毎週水曜日予定 午前中

その他体操

登録番号 2 - 666

団体名

フレイル予防 Ryu

会員数 22名

入会資格 本会の活動主旨・内容に賛同するシニアの方

活動内容 体操・水中ウォーキングを通して会員のフレイル予防とQOL向上を図る。

活動場所 文京スポーツセンター

活動日 毎週月・木曜日の午後、毎週火・水曜日の午前

その他体操

登録番号 2 - 673

団体名

F.D.C

会員数 26名

入会資格 本会の活動・内容に賛同するもの

活動内容 フィットネス、ダンス、軽運動、体操、脳活運動(リズム取り)、ヨガなどを通じて会員相互の親睦及び、向上発展をはかる。

活動場所 アカデミー文京 レクリエーションホール

活動日 毎月、土曜日や日曜日の昼間