

2020年7月度

教室名	場所	時間	対象	開催日					
火曜日									
ヨガ教室	平賀体育館	13:30～14:30	16歳以上の男女	7	14	21	28		
子ども体操教室		16:30～17:30	5歳～12歳以下の男女	7	14	21			
プライベートトレーニング		要予約	15歳以上の男女	休講					
シェイプアップ教室(新規)	B&G尾上体育館内会議室	19:30～20:30	18歳以上の男女	7	14	21			
硬式野球塾	尾上野球場	18:00～20:30	中学3年生	28					
健康塾	平賀屋内 温水プール	11:30～12:15	体力等に自信が無い16歳以上の男女	※決定次第掲載します					
アクアエクササイズ		12:30～13:15	16歳以上の男女						
子ども水泳教室		①15:45～16:45	3歳～15歳以下の男女						
		②16:45～17:45							
成人水泳教室		19:30～20:30	16歳以上の男女						
子ども水泳教室	ゆうえい館	16:30～17:30	3歳～15歳以下の男女	※休館日					
成人水泳教室		①13:30～14:30	16歳以上の男女						
		②19:45～20:45							
水曜日									
子ども体操教室	平賀体育館	16:30～17:30	5歳～12歳以下の男女	1	8	22			
バドミントン教室		17:30～18:30	5歳～15歳以下の男女	8	15	29			
ヨガ教室		19:00～20:00	16歳以上の男女	休講					
プライベートトレーニング		要予約	15歳以上の男女	お問い合わせください。					
Muscle Academy	※ひらかドーム トレーニング室	19:30～20:30	16歳以上の男女	1	8	15	22	29	
女性の為の健康エクササイズ	B&G尾上体育館	10:00～11:30	16歳以上の女性	1	8	15	22	29	
子ども体操教室		16:30～17:30	5歳～12歳以下の男女	1	8	15	22		
アクアエクササイズ	平賀屋内 温水プール	①11:30～12:15	16歳以上の男女	※決定次第掲載します					
		②19:30～20:15							
成人水泳教室		12:15～13:15	16歳以上の男女						
子ども水泳教室		①15:45～16:45	3歳～15歳以下の男女						
		②16:45～17:45							
成人水泳教室	ゆうえい館	13:30～14:30	16歳以上の男女	※休館日					
子ども水泳教室		16:30～17:30	3歳～15歳以下の男女						
子どもリズム体操教室		18:00～19:00	3歳～15歳以下の男女						
アクアエクササイズ		19:45～20:30	16歳以上の男女						
木曜日									
ジュニアソフトボール教室(新規)	平川市陸上競技場	18:30～20:00	小学1年生～6年生	2	9	16	30		
ヨガ教室	平賀体育館	①13:30～14:30	16歳以上の男女	2	9	16	30		
		②19:30～20:30		2	9	16	30		
スラックライン教室		17:00～18:00	小学生以上の男女	2	9	16	30		
プライベートトレーニング		要予約	15歳以下の男女	休講					
硬式野球塾	尾上野球場	18:00～20:30	中学3年生	30					
カヌー・サップ体験会	平賀屋内温水プール	10:00～14:30	小学生以上の男女	23	お問い合わせください。				
健康塾	平賀屋内 温水プール	11:30～12:15	体力等に自信が無い方	※決定次第掲載します					
アクアエクササイズ		12:30～13:15	16歳以上の男女						
子ども水泳教室		①15:45～16:45	3歳～15歳以下の男女						
		②16:45～17:45							
子ども水泳教室	ゆうえい館	16:30～17:30	3歳～15歳以下の男女	2	9	16	30		
成人水泳教室		①13:30～14:30	16歳以上の男女	2	9	16	30		
		②19:45～20:45		2	9	16	30		
子どもリズム体操教室			18:00～19:00	3歳～15歳以下の男女	2	9	16	30	

教室名	場所	時間	対象	開催日					
金曜日									
バドミントン教室	平賀体育館	17:30～18:30	5歳～15歳以下の男女	3	10	17	31		
プライベートトレーニング		要予約	15歳以上の男女	休講					
ノルディックウォーキング教室	B&G尾上体育館	10:00～11:00	16歳以上の男女	3	10	17	31		
ジュニアバレーボール教室		18:00～19:00	5歳から12歳以下の男女	3	17	31			
アクアエクササイズ	平賀屋内 温水プール	11:30～12:15	16歳以上の男女	※決定次第掲載します					
成人水泳教室		①12:15～13:15	16歳以上の男女						
		②19:30～20:30							
子ども水泳教室		①15:45～16:45	3歳～15歳以下の男女						
	②16:45～17:45								
成人水泳教室	ゆうえい館	13:30～14:30	16歳以上の男女	3	10	17	31		
子ども水泳教室		16:30～17:30	3歳～15歳以下の男女	3	10	17	31		
アクアエクササイズ		19:45～20:30	16歳以上の男女	3	10	17	31		
土曜日									
ヨガ教室	平賀体育館	9:00～10:00	16歳以上の男女	4	11	18	25		
子ども体操教室		16:30～17:30	5歳～12歳以下の男女	4	11	18			
バドミントン教室		18:00～19:00	5歳～15歳以下の男女	4	11	18			
プライベートトレーニング		要予約	15歳以上の男女	お問い合わせください。					
子ども体操教室	B&G尾上体育館	10:30～11:30	5歳～12歳以下の男女	4	11	18			
野球教室	B&G尾上体育館/ 尾上野球場	17:30～18:30	小学1年生～6年生	4	11	18			
子ども水泳教室	平賀屋内 温水プール	①9:50～10:50	3歳～15歳以下の男女	※決定次第掲載します					
		②10:50～11:50							
		③13:50～14:50							
		④14:50～15:50							
プライベート グループレッスン		要予約	要相談	お問い合わせください。					
アクアエクササイズ		19:30～20:15	16歳以上の男女	※同上					
子ども水泳教室	ゆうえい館	①10:45～11:45	3歳～15歳以下の男女	4	11	18	25		
		②13:45～14:45		4	11	18	25		
成人水泳教室		19:45～20:45	16歳以下の男女	4	11	18	25		
カヌー専用コース		15:00～16:00	乗ってみたい方	4					
プライベート・グループレッスン		要予約	要相談	お問い合わせください。					
日曜日									
ジュニアソフトボール教室(新規)	平川市運動施設	9:30～11:00	小学1年生～6年生	5	12	19	26		
子ども水泳教室	平賀屋内 温水プール	①9:50～10:50	3歳～15歳以下の男女	※決定次第掲載します					
		②10:50～11:50							
		③13:50～14:50							
		④14:50～15:50							
プライベート グループレッスン		要予約	要相談	お問い合わせください。					
子ども水泳教室	ゆうえい館	①10:45～11:45	3歳～15歳以下の男女	5	12	26			
		②13:45～14:45		5	12	26			
アクアエクササイズ		19:45～20:30	16歳以上の男女	5	12	26			
プライベート・グループレッスン		要予約	要相談	お問い合わせください。					