

## 2020年9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	1	8	15	29
子ども体操教室		16:30~17:30	5歳~12歳以下の男女	8	15	29	
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	B&G尾上体育館	19:30~20:30	18歳以上の男女	1	8	15	29
硬式野球塾	尾上野球場	18:00~20:30	中学3年生	1	8	15	29
健康塾	平賀屋内 温水プール	11:00~11:45	体力等に自信が無い16歳以上の男女	1	8	15	29
アクアエクササイズ		13:00~13:45	16歳以上の男女	1	8	15	29
子ども水泳教室		①15:45~16:45	3歳~15歳以下の男女	1	8	15	29
		②16:45~17:45		1	8	15	29
成人水泳教室	19:30~20:30	16歳以上の男女	1	8	15	29	
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	2	16	30	
バドミントン教室		17:30~18:30	5歳~15歳以下の男女	2	9	16	30
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	2	9	16	30
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	2	9	16	30
子ども体操教室		16:30~17:30	5歳~12歳以下の男女	2	9	16	30
アクアエクササイズ	平賀屋内 温水プール	①11:00~11:45	16歳以上の男女	2	9	16	30
		②19:30~20:15		2	9	16	30
成人水泳教室		12:45~13:45	16歳以上の男女	2	9	16	30
子ども水泳教室		①15:45~16:45	3歳~15歳以下の男女	2	9	16	30
	②16:45~17:45	2		9	16	30	
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	ひらかドーム	16:30~18:00	小学1年生~6年生の男女	3	10	17	24
ヨガ教室	平賀体育館	①13:30~14:30	16歳以上の男女	3	10	17	24
		②19:30~20:30		3	10	17	24
スラックライン教室		17:00~18:00	小学生以上の男女	3	10	17	24
プライベートトレーニング	要予約	15歳以上の男女	休講				
硬式野球塾	尾上野球場	18:00~20:30	中学3年生	3	10	17	24
健康塾	平賀屋内 温水プール	11:00~11:45	体力等に自信が無い16歳以上の男女	3	10	17	24
アクアエクササイズ		13:00~13:45	16歳以上の男女	3	10	17	24
子ども水泳教室		①15:45~16:45	3歳~15歳以下の男女	3	10	17	24
		②16:45~17:45		3	10	17	24
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	3	10	17	24
成人水泳教室		①13:30~14:30	16歳以上の男女	3	10	17	
		※12:15~13:15		24			
		②19:45~20:45		3	10	17	24
子どもリズム体操教室	18:00~19:00	3歳~15歳以下の男女	3	10	17	24	

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	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	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	4	11	18	25
ジュニアバレーボール教室		18:00~19:00	5歳~12歳以下の男女	4	18	25	
アクアエクササイズ	平賀屋内 温水プール	11:00~11:45	16歳以上の男女	4	11	18	25
成人水泳教室		①12:45~13:45	16歳以上の男女	4	11	18	25
		②19:30~20:30		4	11	18	25
子ども水泳教室		①15:45~16:45	3歳~15歳以下の男女	4	11	18	25
	②16:45~17:45	4		11	18	25	
成人水泳教室	ゆうえい館	13:30~14:30	16歳以上の男女	4	18		
		※12:15~13:15	25				
子ども水泳教室		16:30~17:30	3歳~15歳以下の男女	4	18	25	
アクアエクササイズ		19:45~20:30	16歳以上の男女	4	18	25	
土曜日							
ヨガ教室	平賀体育館	9:00~10:00	16歳以上の男女	5	12	19	26
子ども体操教室		16:30~17:30	5歳~12歳以下の男女	5	12	19	
バドミントン教室		18:00~19:00	5歳~15歳以下の男女	5	12	19	
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	5	12	19	
ジュニア野球教室	B&G尾上体育館/ 尾上野球場	17:30~18:30	小学1年生~6年生の男女	5	12	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	5	19	26	
		②10:50~11:50		5	19	26	
		③13:50~14:50		5	19	26	
		④14:50~15:50		5	19	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。				
アクアエクササイズ		19:30~20:15	16歳以上の男女	5	19	26	
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	19	
		②13:45~14:45		5	12	19	
成人水泳教室		19:45~20:45	16歳以上の男女	5	12	19	
カヌー専用コース		15:00~16:00	乗ってみたい方	5			
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	平賀多目的広場	9:30~11:00	小学1年生~6年生の男女	6	13	20	
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	6	20	27	
		②10:50~11:50		6	20	27	
		③13:50~14:50		6	20	27	
		④14:50~15:50		6	20	27	
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	6	13	20	
		②13:45~14:45		6	13	20	
アクアエクササイズ		19:45~20:30	16歳以上の男女	6	13	20	
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。			