

# 2021年1・2月度

教室名	場所	時間	対象	開催日											
月曜日															
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	2月	1	8	15	22							
火曜日															
ヨガ教室	平賀体育館	13:30~14:30	16歳以上の男女	1月	19	26	2月	2	9	16					
子ども体操教室		16:30~17:30	5歳~12歳以下の男女	1月	19	26	2月	2	9	16					
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。											
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月	19	26	2月	2	9	16					
硬式野球塾	尾上野球場	18:00~20:30	中学3年生	シーズン終了											
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月	19	26	2月	2	9	16					
アクアエクササイズ		13:00~13:45	16歳以上の男女	1月	19	26	2月	2	9	16					
子ども水泳教室		①15:45~16:45	3歳~15歳以下の男女	1月	19	26	2月	2	9	16					
		②16:45~17:45		1月	19	26	2月	2	9	16					
成人水泳教室		19:30~20:30	16歳以上の男女	1月	19	26	2月	2	9	16					
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月	20	27	2月	3	10	17					
バドミントン教室		17:30~18:30	5歳~15歳以下の男女	1月	27	2月	3	10	17						
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月	20	27	2月	3	10	17	24				
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月	20	27	2月	3	10	17	24				
子ども体操教室		16:30~17:30	5歳~12歳以下の男女	1月	20	27	2月	3	10	17					
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	1月	20	27	2月	3	10	17	24				
		②19:30~20:15		1月	20	27	2月	3	10	17	24				
成人水泳教室		13:00~14:00	16歳以上の男女	1月	20	27	2月	3	10	17	24				
子ども水泳教室		①15:45~16:45	3歳~15歳以下の男女	1月	20	27	2月	3	10	17	24				
		②16:45~17:45		1月	20	27	2月	3	10	17	24				
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															
ヨガ教室	平賀体育館	①13:30~14:30	16歳以上の男女	1月	21	28	2月	4	18	25					
		②19:30~20:30		1月	21	28	2月	4	18	25					
スラックライン教室		17:00~18:00	小学生以上の男女	1月	21	28	2月	4	18	25					
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。											
硬式野球塾	尾上野球場	18:00~20:30	中学3年生	シーズン終了											
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月	21	28	2月	4	11	18	25				
アクアエクササイズ		13:00~13:45	16歳以上の男女	1月	21	28	2月	4	11	18	25				
子ども水泳教室		①15:45~16:45	3歳~15歳以下の男女	1月	21	28	2月	4	11	18	25				
		②16:45~17:45		1月	21	28	2月	4	11	18	25				
子ども水泳教室		16:30~17:30	3歳~15歳以下の男女	1月	21	28	2月	4	18	25					
成人水泳教室	ゆうえい館	①13:30~14:30	16歳以上の男女	1月	21	28	2月	4	18	25					
		②19:45~20:45		1月	21	28	2月	4	18	25					
子どもリズム体操教室		18:00~19:00	3歳~15歳以下の男女	1月	21	28	2月	4	18	25					

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	1月	29	2月	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。							
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	1月	22	29	2月	5	12	19	
ジュニアバレーボール教室		17:30~18:30	5歳~12歳以下の男女	1月	22	29	2月	5	12	19	26
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	1月	22	29	2月	5	12	19	26
成人水泳教室		①13:00~14:00	16歳以上の男女	1月	22	29	2月	5	12	19	26
		②19:30~20:30		1月	22	29	2月	5	12	19	26
子ども水泳教室		①15:45~16:45	3歳~15歳以下の男女	1月	22	29	2月	5	12	19	26
		②16:45~17:45		1月	22	29	2月	5	12	19	26
成人水泳教室		ゆうえい館	13:30~14:30	16歳以上の男女	1月	22	29	2月	5	12	19
子ども水泳教室	16:30~17:30		3歳~15歳以下の男女	1月	22	29	2月	5	12	19	26
アクアエクササイズ	19:45~20:30		16歳以上の男女	1月	22	29	2月	5	12	19	26
土曜日											
ヨガ教室	平賀体育館	9:00~10:00	16歳以上の男女	1月	23	30	2月	6	13	20	27
子ども体操教室		16:30~17:30	5歳~12歳以下の男女	1月	23	30	2月	6	13	20	
バドミントン教室		18:00~19:00	5歳~15歳以下の男女	1月	30	2月	6	13	20		
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	1月	23	30	2月	6	13	20	27
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	1月	23	30	2月	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	1月	23	30	2月	6	13	20	27
		②10:50~11:50		1月	23	30	2月	6	13	20	27
		③13:50~14:50		1月	23	30	2月	6	13	20	27
		④14:50~15:50		1月	23	30	2月	6	13	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。								
アクアエクササイズ		19:30~20:15	16歳以上の男女	1月	23	30	2月	6	13	20	27
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	1月	23	30	2月	13	20	27	
		②13:45~14:45		1月	23	30	2月	13	20	27	
成人水泳教室		19:45~20:45	16歳以上の男女	1月	23	30	2月	13	20	27	
カヌー専用コース		15:00~16:00	乗ってみたい方	2月	13						
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	平賀体育館	9:30~10:30	小学1年生~6年生の男女	1月	24						
	B&G尾上体育館	9:30~11:00		2月	14	28					
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	1月	24	31	2月	14	21	28	
		②10:50~11:50		1月	24	31	2月	14	21	28	
		③13:50~14:50		1月	24	31	2月	14	21	28	
		④14:50~15:50		1月	24	31	2月	14	21	28	
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	1月	24	31	2月	14	28		
		②13:45~14:45		1月	24	31	2月	14	28		
アクアエクササイズ		19:45~20:30	16歳以上の男女	1月	24	31	2月	14	28		
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。							