体育館イベント

インディアカ教室

ドイツ生まれのインターナショナルスポーツ！！
球技が苦手な方でも楽しめるスポーツです♪

対象　中学生～成人（男女）
定員　20名
受付　8：45～
教室　9：00～10：30

フラダンス教室

Let's フラ♪
フラダンスを通してカラダの内と外からキレイ！
を手に入れよう！！

対象　高校生以上の女性
定員　20名
受付　10：15～
教室　10：30～11：30
※フレアーなど広がるスカートを
　持参して下さい。

バドミントン教室

初心者でも楽しめる！！
経験者と組みラリーを♪

対象　中学生～成人（男女）
定員　20名
受付　10：15～
教室　10：30～12：00
※ラケットをお持ちの方は持参して下さい。

ヨガ教室

ココロもカラダもリフレッシュ♪
ストレス解消にいかがですか？？

対象　高校生以上（男女）
定員　20名
受付　12：45～
教室　13：00～14：30

こどもバドミントン教室

初めてでも大丈夫！
お友だちといっしょにやってみよう♪

対象　5歳～小学6年生（男女）
定員　20名
受付　12：45～
教室　13：00～14：30
※ラケットをお持ちの方は持参して下さい。

バスケットボール教室

ミニゲームで楽しくバスケット！！
いっしょにやりたい子あつまれ～♪

対象　小学生～中学生（男女）
定員　50名
受付　14：45～
教室　15：00～16：30
※定期教室開催中！！
毎週水曜日　18：30～20：30
　土曜日　　9：30～12：00

空手教室

めざせ！空手キッズ！！
心も体も強くなれ♪

対象　5歳以上（男女）
定員　30名
受付　8：45～
教室　9：00～10：30

親子体操教室（要予約）

親子で出来る簡単な運動！！
お子様といっしょに楽しく運動してみませんか？

対象　1歳～3歳までのお子様
　　とそのご家族。
定員　10組（2人1組）
受付　9：15～
教室　9：30～10：30
※こちらの教室は、事前予約が必要です。
　尚、予約状況により当日参加出来る場合
　もございます。

こども体操教室（要予約）

運動が苦手な子でも大丈夫！！
とび箱やてつぼうで楽しく運動♪

対象　5歳～小学4年生（男女）
定員　30名
受付　10：45～
教室　11：00～12：00
※定期教室開催中！
毎週水・土曜日　16：30～17：30
　　金曜日　17：00～18：00
※こちらの教室は、事前予約が必要です。
　尚、予約状況により当日参加出来る場合
　もございます。

卓球教室

大人も！子供も楽しめるスポーツ！！
初心者は指導員が優しく基本から指導します♪

対象　小学1年生～成人（男女）
定員　30名
受付　12：45～
教室　13：00～14：30

HipHopDance 教室

音楽に合わせて楽しくダンス♪
初めてでもOK！みんなで楽しく踊ろうぜ！！

対象　①高校生以上（男女）
　　②小学2年生～6年生（男女）
定員　15名
受付　①11：15～
　　②14：45～
教室　①11：30～12：30
　　②15：00～16：00
※①・②は、時間と対象者が別々ですので
　お間違いのないようにお願いいたします。

★各教室の参加者は動きやすい服装でお越しいただき、
タオルや水分補給時の飲料水等は必要に応じて
各自でご準備ください。
★体育館の教室は内履きが必要になります。

ひらかプールイベント

みんなでプールにいこうよ！

成人水泳教室

4泳法からターンまで！
理想の泳ぎを身につけよう♪

対象　16歳以上（男女）
定員　30名
受付　9：45～
教室　10：00～11：00

アクアダイエット教室

コーチの動きに合わせて！
楽しくエクササイズ！！

対象　16歳以上（男女）
定員　30名
受付　11：00～
教室　11：15～11：45

こども水泳教室

お友達といっしょに参加してみよう！
はじめての子から４種目泳げる子まで
遊びながら行う水中体験教室♪

対象　3歳～中学生（男女）
定員　各50名
受付　①13：35～　②14：35～
教室　①13：50～14：50
　　②14：50～15：50
※こども水泳教室は、電話予約ができます。

定期教室開催中!!

毎週　火・水・木・金 コース　15：50～16：50
　　16：50～17：50
　　土・日 コース　9：50～10：50
　　10：50～11：50
　　13：50～14：50
　　14：50～15：50
対象　3歳～12歳の男女
定員　各曜日時間 40～50名
料金　月3回 2,500円（入館料別）
持ち物　水着・キャップ・タオル

持ち物：水着・キャップ・タオル・ゴーグル。
アクアダイエット教室に参加されるお客様は、
アクアシューズがあると便利です♪

※プール内は水分補給以外は飲食は禁止です。
　また、化粧は必ず落としてから入るように
　お願いいたします。

グラウンドイベント

ニュースポーツ体験コーナー（無料）

だれでも！気軽に楽しめる新感覚スポーツ！！
マイナーなニュースポーツを体験してみませんか？

対象　どなたでも参加できます！！
受付　12：45～
教室　13：00～15：00
場所　平賀体育館隣りグラウンド
※雨天の場合はひらかドームでおこないます。

テニスコートイベント

硬式テニス教室

初心者から中級者大歓迎です！
日頃のうっぷんをボールに乗せて♪
思いっきり打ってみませんか？

対象　中学生～成人（男女）
定員　20名
受付　9：45～
教室　10：00～12：00

ドームイベント

★各教室の参加者は動きやすい服装でお越しいただき、タオルや
水分補給時の飲料水等は必要に応じて各自でご準備ください。

陸上教室

速くなるコツを楽しく覚えよう！
走るの好きな子あつまれ♪

対象　小学1年生～6年生（男女）
定員　50名
受付　8：45～
教室　9：00～10：30
※動きやすい服装で、履きなれた靴で
　お越しください。

グラウンドゴルフ教室

ルールはかんたん！
はじめての方でも気軽に楽しめます♪

対象　小学1年生～成人（男女）
定員　30名
受付　10：15～
教室　10：30～12：00

ソフトボール教室

ソフトボール好きな子あつまれ！

対象　小学3年生～6年生（男女）
定員　30名
受付　12：45～
教室　13：00～14：30
※グローブ・バットを持っている子
　は持参してください。

Kids 野球教室

女子大歓迎！
コントロールを身につけるピッチング！！
速球に対応したバッティング！！！

対象　小学1年生～3年生（男女）
定員　30名
受付　14：15～
教室　14：30～16：00
※グローブ・バットを持っている子は持参してください。

ボディメイクエクササイズ教室（要予約）

理想の体型を手にいれよう！

対象　18歳以上（男女）
定員　5名
受付　14：45～
教室　15：00～17：00
※こちらの教室は、事前予約が必要となります。

～お問合わせ・ご連絡先～

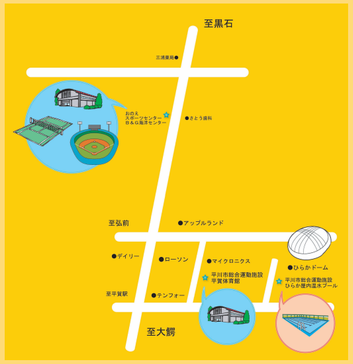
平川市平賀総合運動施設　体育館

ひらかわスポーツクラブ
NPO法人平川市体育協会
TEL/FAX　0172-44-5010
【お問合わせ時間】　9：00～21：00
◆休館日　毎週月曜日
※月曜日が祝日の場合は開館し、翌日が休館日になります。

おのえスポーツセンター
TEL/FAX　0172-57-4633
【お問合わせ時間】　9：00～21：00
◆休館日　毎週火曜日
※火曜日が祝日の場合は開館し、翌日が休館日となります。

ひらかわ
スイミングクラブ
TEL　0172-43-0665
FAX　0172-43-0666
【お問い合わせ時間】10：00～21：00
◆休館日　毎週月曜日
※月曜日が祝日の場合は開館し、翌日が休館日になります。

ゆうえい館スイミングスクール
TEL　0172-49-5181
FAX　0172-46-9685
【お問い合わせ時間】　平日　　13：00～20：00
　　土日／祝日　　9：30～20：00
◆休館日　毎週火曜日
※火曜日が祝日の場合は開館し、翌日が休館日になります。



スポーツ振興くじ助成事業
※この事業は、スポーツ振興くじ助成金を受けて実施しております。