

2022年4月度

教室名	場所	時間	対象	開催日				
ひらかわジュニアソフトボールクラブ								
ひらかわジュニアソフトボールクラブ	ひらかだーム他	お問い合わせ下さい	小学1年生～6年生の女子児童	月・水・金・土 ※試合等により変動あり				
火曜日								
ヨガ教室	平賀体育館	13:30～14:30	16歳以上の男女	12	19	26		
子ども体操教室		16:30～17:30	5歳～12歳以下の男女	12	19	26		
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	12	19	26		
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	12	19	26		
アクアエクササイズ		13:00～13:45	16歳以上の男女	12	19	26		
子ども水泳教室		①15:45～16:45	3歳～15歳以下の男女	12	19	26		
		②16:45～17:45		12	19	26		
成人水泳教室		19:30～20:30	16歳以上の男女	12	19	26		
パーソナルトレーニング	要予約	15歳以上の男女	お問い合わせください。					
水曜日								
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	13	20	27		
バドミントン選手コース		18:30～20:30		13	20	27		
Muscle Academy	ひらかだームトレーニング室	19:30～20:30	16歳以上の男女	4月お休み				
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	13	20	27		
子ども体操教室		16:30～17:30	5歳～12歳以下の男女	13	20	27		
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	13	20	27		
		②19:30～20:15		13	20	27		
成人水泳教室		12:45～13:45	16歳以上の男女	13	20	27		
子ども水泳教室		①15:45～16:45	3歳～15歳以下の男女	13	20	27		
		②16:45～17:45		13	20	27		
パーソナルトレーニング	要予約	15歳以上の男女	お問い合わせください。					
木曜日								
ヨガ教室	平賀体育館	①13:30～14:30	16歳以上の男女	14	21	28		
		②19:30～20:30		14	21	28		
スラックライン教室		17:00～18:00	小学生以上の男女	14	21	28		
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	14	21	28		
アクアエクササイズ		13:00～13:45	16歳以上の男女	14	21	28		
子ども水泳教室		①15:45～16:45	3歳～15歳以下の男女	14	21	28		
		②16:45～17:45		14	21	28		
パーソナルトレーニング		要予約	15歳以上の男女	お問い合わせください。				

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	15	22	29		
バドミントン選手コース		18:30～20:30		15	22	29		
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	15	22			
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	15	22			
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	15	22			
成人水泳教室		①12:45～13:45	16歳以上の男女	15	22			
		②19:30～20:30		15	22			
子ども水泳教室		①15:45～16:45	3歳～15歳以下の男女	15	22			
		②16:45～17:45		15	22			
パーソナルトレーニング	要予約	15歳以上の男女	お問い合わせください。					
土曜日								
ヨガ教室	平賀体育館	10:00～11:00	16歳以上の男女	16	23	30		
子ども体操教室		16:30～17:30	5歳～12歳以下の男女	16	23	30		
バドミントン教室		18:00～19:00	5歳～15歳以下の男女	16	23	30		
バドミントン選手コース		19:00～21:00	5歳～15歳以下の男女	16	23	30		
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	16	23	30		
ジュニア野球教室	B&G尾上体育館/尾上野球場	17:00～18:30	小学1年生～6年生の男女	16	23	30		
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	16	23			
		②10:50～11:50		16	23			
		③13:50～14:50		16	23			
		④14:50～15:50		16	23			
アクアエクササイズ		19:30～20:15	16歳以上の男女	16	23			
パーソナルトレーニング	要予約	15歳以上の男女	お問い合わせください。					
日曜日								
ソフトテニス教室	尾上テニスコート/B&G尾上体育館	10:00～11:30	5歳～小学6年生の男女	17	24			
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	17	24			
		②10:50～11:50		17	24			
		③13:50～14:50		17	24			
		④14:50～15:50		17	24			