

2022年9月度

教室名	場所	時間	対象	開催日	教室名	場所	時間	対象	開催日				
					金曜日								
ひらかわジュニアソフトボールクラブ	ひらかドーム他	お問い合わせください	小学1年生～6年生の女子児童	月・水・金・土 ※試合などにより変動あり	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	2	9	16	23	30
					バドミントン選手コース		18:30～20:30		2	9	16	23	30
火曜日					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	2	9	16	30	
ヨガ教室	平賀体育館	13:30～14:30	16歳以上の男女	6	13		27						
子ども体操教室		16:30～17:30	5歳～12歳以下の男女	6	13	27							
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	6	13	27							
健康塾	平賀屋内 温水プール	11:00～11:45	体力に自信がない16歳以上の男女	6	13	27							
アクアエクササイズ		13:00～13:45	16歳以上の男女	6	13	27							
子ども水泳教室		①15:45～16:45	5歳～15歳以下の男女	6	13	27							
		②16:45～17:45		6	13	27							
成人水泳教室		19:30～20:30	16歳以上の男女	6	13	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										
水曜日					土曜日								
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	7	14	21	28						
バドミントン選手コース		18:30～20:30		7	14	21	28						
女性のため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	28						
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	7	14	21	28						
		②19:30～20:30		7	14	21	28						
成人水泳教室		12:45～13:45	16歳以上の男女	7	14	21	28						
子ども水泳教室		①15:45～16:45	5歳～15歳以下の男女	7	14	21	28						
		②16:45～17:45		7	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										
木曜日					日曜日								
ヨガ教室	平賀体育館	①13:30～14:30	16歳以上の男女	1	8	15	22	29					
		②19:30～20:30		1	8	15	22	29					
スラックライン教室		17:00～18:00	小学生以上の男女	1	8	15	22	29					
ソフトテニス教室	ひらかドーム/ 平賀テニスコート	17:30～19:30	5歳～12歳以下の男女	1	8	15	22	29					
健康塾	平賀屋内 温水プール	11:00～11:45	体力に自信がない16歳以上の男女	8	15	22	29						
アクアエクササイズ		13:00～13:45	16歳以上の男女	8	15	22	29						
子ども水泳教室		①15:45～16:45	5歳～15歳以下の男女	8	15	22	29						
		②16:45～17:45		8	15	22	29						
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									
金曜日					日曜日								
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	2	9	16	23	30					
バドミントン選手コース		18:30～20:30		2	9	16	23	30					
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	2	9	16	30						
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	2	9	16	30						
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	9	16	30							
成人水泳教室		①12:45～13:45	16歳以上の男女	9	16	30							
		②19:30～20:30		9	16	30							
子供水泳教室		①15:45～16:45	5歳～15歳以下の男女	9	16	30							
		②16:45～17:45		9	16	30							
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					日曜日								
ヨガ教室	平賀体育館	10:00～11:00	16歳以上の男女	10	17	24							
子ども体操教室		16:30～17:30	5歳～12歳以下の男女	3	10	17	24						
バドミントン教室		18:00～19:00	5歳～15歳以下の男女	3	10	17	24						
バドミントン選手コース		19:00～21:00		3	10	17	24						
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	3	17	24							
海レク体験教室	猿賀公園・見晴ヶ池	13:45～15:00	5歳以上の男女	3	24								
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	3	17	24							
子ども水泳教室	平賀屋内 温水プール	① 9:50～10:50	5歳～15歳以下の男女	10	17	24							
		②10:50～11:50		10	17	24							
		③13:50～14:50		10	17	24							
		④14:50～15:50		10	17	24							
アクアエクササイズ		19:30～20:15	16歳以上の男女	10	17	24							
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										
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	4	18	25							
子ども水泳教室	平賀屋内 温水プール	① 9:50～10:50	5歳～15歳以下の男女	11	18	25							
		②10:50～11:50		11	18	25							
		③13:50～14:50		11	18	25							
		④14:50～15:50		11	18	25							