

2023年2月度

教室名	場所	時間	対象	開催日			
火曜日							
ヨガ教室	改善センター	13:30~14:30	16歳以上の男女	7	14	21	28
子ども体操教室	ドリームアリーナ	16:30~17:30	5歳~12歳以下の男女	7	14	21	28
バドミントン選手コース	ドリームアリーナ	18:00~21:00	5歳~15歳以下の男女	7	14	21	28
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	7	14	21	28
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	7	14	21	28
アクアエクササイズ		13:00~13:45	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
成人水泳教室		19:30~20:30	16歳以上の男女	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			
水曜日							
バドミントン教室	ドリームアリーナ	17:30~18:30	5歳~15歳以下の男女	1	8	15	22
バドミントン選手コース		18:30~20:30		1	8	15	22
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	1	8	15	22
子ども体操教室		16:30~17:30	5歳~12歳以下の男女	1	8	15	22
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	8	15	22
		②19:30~20:30		1	8	15	22
成人水泳教室		13:00~14:00	16歳以上の男女	1	8	15	22
子ども水泳教室		①15:45~16:45	5歳~15歳以下の男女	1	8	15	22
		②16:45~17:45		1	8	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			
木曜日							
ヨガ教室	改善センター	①13:30~14:30	16歳以上の男女	2	9	16	23
		②19:30~20:30		2	9	16	23
スラックライン教室	ドリームアリーナ	17:00~18:00	小学生以上の男女	2	9	16	
碓ヶ関バドミントン教室	碓ヶ関小中学校	19:00~20:00	5歳~15歳以下の男女	2	9	16	23
ソフトテニス教室	B&G尾上体育館	17:30~19:00	5歳~12歳以下の男女	2	9	16	
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	2	9	16	
アクアエクササイズ		13:00~13:45	16歳以上の男女	2	9	16	
子ども水泳教室		①15:45~16:45	5歳~15歳以下の男女	2	9	16	
		②16:45~17:45		2	9	16	
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							
バドミントン教室	竹館小学校	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
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	10	17	24	
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	3	10	17	24
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	3	10	17	24
成人水泳教室		①13:00~14:00	16歳以上の男女	3	10	17	24
		②19:30~20:30		3	10	17	24
子供水泳教室		①15:45~16:45	5歳~15歳以下の男女	3	10	17	24
		②16:45~17:45		3	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			
土曜日							
ヨガ教室	改善センター	10:00~11:00	16歳以上の男女	4	11	18	25
子ども体操教室	尾上武道場 18日 ドリームアリーナ	16:30~17:30	5歳~12歳以下の男女	4	11	18	25
バドミントン教室	4日 尾上町民体育館 11・18日 ドリームアリーナ 25日 竹館小学校	18:00~19:00	5歳~15歳以下の男女	4	11	18	25
バドミントン選手コース		19:00~21:00		4	11	18	25
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	4	18	25	
ジュニア野球教室		17:00~18:30	小学1年生~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	4	18	25	
		②10:50~11:50		4	18	25	
		③13:50~14:50		4	18	25	
		④14:50~15:50		4	18	25	
アクアエクササイズ		19:30~20:15	16歳以上の男女	4	18	25	
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							
碓ヶ関バドミントン教室	碓ヶ関小中学校	10:00~11:00	5歳~15歳以下の男女	5	12	19	26
ソフトテニス教室	B&G尾上体育館	10:00~11:30	5歳~小学6年生の男女	5	12	19	26
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	5	12	19	26
		②10:50~11:50		5	12	19	26
		③13:50~14:50		5	12	19	26
		④14:50~15:50		5	12	19	26