

2024年2月度

教室名	場所	時間	対象	開催日		
火曜日						
ヨガ教室	ドリームアリーナ	13:30~14:30	16歳以上の男女	6	20	27
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	6	20	27
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	6	20	27
シェイプアップ教室	B&G尾上体育館	19:30~20:30	16歳以上の男女	6	20	27
健康塾	平賀屋内 温水プール	11:00~11:45	健康を保ちたい16歳以上の男女	6	20	27
アクアエクササイズ		13:00~13:45	16歳以上の男女	6	20	27
子ども水泳教室		①15:45~16:45	5歳~15歳以下の男女	6	20	27
		②16:45~17:45		6	20	27
成人水泳教室		19:30~20:30	16歳以上の男女	6	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		
水曜日						
ヨガ教室	ひらかドーム トレーニングルーム	19:30~20:30	16歳以上の男女	7	14	21 28
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	7	14	21 28
バドミントン選手コース		18:30~20:30		7	14	21 28
シェイプアップ教室	B&G尾上体育館	10:00~11:00	16歳以上の男女	7	21	28
子ども体操教室	B&G尾上体育館	16:30~17:30	5歳~12歳以下の男女	7	14	21 28
アロハット教室		19:00~20:00	10歳~高校生	7	14	21
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		13:00~14:00	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						
ヨガ教室	改善センター/ ドリームアリーナ	①13:30~14:30	16歳以上の男女	1	8	15 22 29
	ドリームアリーナ	②19:30~20:30		1	8	15 22 29
有酸素&レク教室	ドリームアリーナ	14:00~15:00	16歳以上の男女	8	15	22 29
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	1	8	15 22 29
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	1	8	15 22 29
健康塾	平賀屋内 温水プール	11:00~11:45	健康を保ちたい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		

教室名	場所	時間	対象	開催日		
金曜日						
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	2	9	16
バドミントン選手コース	ドリームアリーナ	18:30~20:30		2	9	16
シェイプアップ教室	B&G尾上体育館	10:00~11:00	16歳以上の男女	2	9	16
ジュニアホール教室	B&G尾上体育館	18:00~19:00	5歳~12歳以下の男女	2	9	16
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	2	9	16
成人水泳教室		①13:00~14:00	16歳以上の男女	2	9	16
		②19:30~20:30		2	9	16
子供水泳教室		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		
土曜日						
ヨガ教室	改善センター	10:00~11:00	16歳以上の男女	3	10	17 24
子ども体操教室	ドリームアリーナ /竹小	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	ドリームアリーナ /竹小	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	ドリームアリーナ /竹小	19:00~21:00	5歳~15歳以下の男女	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	10	17 24
ジュニア野球教室	尾上野球場/B&G尾上体育館	17:00~18:30	小学1年生~6年生の男女	3	10	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	3	10	17 24
		②10:50~11:50		3	10	17 24
		③13:50~14:50		3	10	17 24
		④14:50~15:50		3	10	17 24
アクアエクササイズ		19:30~20:15	16歳以上の男女	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		
日曜日						
ソフトテニス教室	B&G尾上体育館/ 尾上町民体育館	10:00~11:30	5歳~小学6年生の男女	4	11	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