

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	
成人水泳教室		12:45~13:45	16歳以上の男女	6	20	27	
子ども水泳教室		①15:45~16:45	年中~小学6年生の男女	6	20	27	
		②16:45~17:45		6	20	27	
準選手		17:45~19:00	小学生以上の男女	6	20	27	
アクアエクササイズ		19:30~20:15	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							
アクティビティヨガ教室	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	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	21	28	
バドミントン選手コース		18:30~20:30		7	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	21	28	
アロハット教室		19:00~20:00	10歳~高校生	7	21	28	
アクアエクササイズ	平賀屋内 温水プール	13:00~13:45	16歳以上の男女	7	21	28	
子ども水泳教室		①15:45~16:45	年中~小学6年生の男女	7	21	28	
		②16:45~17:45		7	21	28	
準選手		17:45~19:00	小学生以上の男女	7	21	28	
成人水泳教室		19:30~20:30	16歳以上の男女	7	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	ドリームアリーナ	①13:30~14:30	16歳以上の男女	1	8	22	29
	ドリームアリーナ	②19:30~20:30		1	8	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	22	29
ソフトテニス教室	平賀テニスコート	17:30~19:00	5歳~12歳以下の男女	1	8	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	1	8	22	29
成人水泳教室		12:45~13:45	16歳以上の男女	1	8	22	29
子ども水泳教室		①15:45~16:45	年中~小学6年生の男女	1	8	22	29
		②16:45~17:45		1	8	22	29
準選手		17:45~19:00	小学生以上の男女	1	8	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	9	23	30	
バドミントン選手コース	ドリームアリーナ	18:30~20:30		9	23	30	
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	23	30
ジュニアバレーボール教室	B&G尾上体育館	18:00~19:00	5歳~12歳以下の男女	16	23	30	
アクアエクササイズ	平賀屋内 温水プール	13:00~13:45	16歳以上の男女	9	23	30	
子供水泳教室		①15:45~16:45	年中~小学6年生の男女	9	23	30	
		②16:45~17:45		9	23	30	
成人水泳教室		19:30~20:30	16歳以上の男女	9	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			
土曜日							
リラックスヨガ教室	ドリームアリーナ 多目的室	10:00~11:00	16歳以上の男女	3	10	24	
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	10	17	24	
バドミントン教室	ドリームアリーナ	18:00~19:00	5歳~15歳以下の男女	10	17	24	
バドミントン選手コース	ドリームアリーナ	19:00~21:00	5歳~15歳以下の男女	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	10	24	31	
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	10	24	31	
準選手	平賀屋内 温水プール	8:15~9:30	小学生以上の男女	10	17	24	
子ども水泳教室		① 9:50~10:50	年中~小学6年生の男女	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			
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	4	11	18	25
海レク体験教室	猿賀公園 見晴ヶ池	13:30~15:30	5歳~小学7年生の男女	4	11		
子ども水泳教室	平賀屋内 温水プール	① 9:50~10:50	年中~小学6年生の男女	4	18	25	
		②10:50~11:50		4	18	25	
		③13:50~14:50		4	18	25	
		④14:50~15:50		4	18	25	

8月12日(月)の祝日に、平賀プールでスポーツフェスティバルを開催致します。多数のご参加をお待ちしております。詳しい内容等につきましては、平賀プールへお問い合わせをお願いします。(TEL:0172-43-0665)

8月6日(火)の13:30からのヨガ教室は、会場が改善センターになります。