

2025年8月度

教室名	場所	時間	対象	開催日		
<b>火曜日</b>						
ヨガ教室	ドリームアリーナ	13:30~14:30	16歳以上の男女	5	19	26
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	5	19	26
バドミントン選手コース	ドリームアリーナ	17:45~20:45	5歳~15歳以下の男女	5	19	26
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	5	19	
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	5	19	26
成人水泳教室		12:45~13:45	16歳以上の男女	5	19	26
子ども水泳教室		①15:45~16:45	年中~小学6年生の男女	5	19	26
		②16:45~17:45		5	19	26
準選手		17:45~19:00	小学生以上の男女	5	19	26
アクアエクササイズ		19:30~20:15	16歳以上の男女	5	19	26
マスターズ		19:30~20:30	16歳以上の男女	5	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		
<b>水曜日</b>						
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	6	20	27
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	6	20	27
バドミントン選手コース		18:30~20:30		6	13	20
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	6	20	27
アクロバット教室		19:00~20:00	10歳~高校生	6	20	27
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	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
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		
<b>木曜日</b>						
ヨガ教室	ドリームアリーナ	①13:30~14:30	16歳以上の男女	7	21	28
	ドリームアリーナ	②19:30~20:30		7	21	28
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	7	21	28
ソフトテニス教室	ひらかドームテニスコート	17:30~19:00	5歳~12歳以下の男女	7	21	28
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	7	21	28
成人水泳教室		12:45~13:45	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
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				
<b>金曜日</b>								
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		22	29
バドミントン選手コース	ドリームアリーナ	18:30~20:30		1	8	15	22	29
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	1	8		22	29
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		8	15	22	29
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	1	8		22	
子供水泳教室		①15:45~16:45	年中~小学6年生の男女	1	8		22	
		②16:45~17:45		1	8		22	
選手		17:45~19:30	小学生以上の男女	1	8		22	
成人水泳教室		19:30~20:30	16歳以上の男女	1	8		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				
<b>土曜日</b>								
リラックスヨガ教室	ドリームアリーナ 談話室	10:00~11:00	16歳以上の男女	2	9		23	30
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		9	16	23	
バドミントン教室	ドリームアリーナ	17:45~18:45	5歳~15歳以下の男女		9	16	23	
バドミントン選手コース	ドリームアリーナ	18:45~20:45	5歳~15歳以下の男女		9	16	23	
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	2	9			30
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		9		23	30
準選手	平賀屋内 温水プール	8:15~9:30	小学生以上の男女	2	9		23	
子ども水泳教室		① 9:50~10:50	年中~小学6年生の男女	2	9		23	
		②10:50~11:50		2	9		23	
		③13:50~14:50		2	9		23	
		④14:50~15:50		2	9		23	
選手		17:45~19:30	小学生以上の男女		9		23	
アクアエクササイズ	19:30~20:15	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					
<b>日曜日</b>								
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	3	10	17	24	
海レク体験教室	B&G尾上体育館	13:30~15:00	小学生以上の男女		10			31
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	3	10		24	
		②10:50~11:50		3	10		24	
		③13:50~14:50		3	10		24	
		④14:50~15:50		3	10		24	

