

2026年5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	12	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	12	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	別紙ご確認ください			
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	12	19	26	
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	12	19	26	
成人水泳教室		12:45～13:45	16歳以上の男女	12	19	26	
子ども水泳教室		①15:45～16:45	年中～小学6年生の男女	12	19	26	
		②16:45～17:45		12	19	26	
準選手		17:45～19:00	小学生以上の男女	12	19	26	
アクアエクササイズ		19:30～20:15	16歳以上の男女	12	19	26	
マスターズ		19:30～20:30	16歳以上の男女	5	12	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	13	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	13	20	27	
バドミントン選手コース		18:30～20:30		別紙ご確認ください			
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	13	20	27	
アクロバット教室		19:00～20:00	10歳～高校生	13	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	13	20	27	
子ども水泳教室		①15:45～16:45	年中～小学6年生の男女	13	20	27	
		②16:45～17:45		13	20	27	
準選手		17:45～19:00	小学生以上の男女	13	20	27	
成人水泳教室		19:30～20:30	16歳以上の男女	13	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	14	21	28	
	ドリームアリーナ	②19:30～20:30		14	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	14	21	28	
ソフトテニス教室	ひらかテニスコート	17:30～19:00	5歳～12歳以下の男女	14	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	14	21	28	
成人水泳教室		12:45～13:45	16歳以上の男女	14	21	28	
子ども水泳教室		①15:45～16:45	年中～小学6年生の男女	14	21	28	
		②16:45～17:45		14	21	28	
準選手		17:45～19:00	小学生以上の男女	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			

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	15	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		別紙ご確認ください				
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	15	22	29	
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	/	/	/	/	
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	8	15	22	29	
子ども水泳教室		①15:45～16:45	年中～小学6年生の男女	8	15	22	29	
		②16:45～17:45		8	15	22	29	
選手		17:45～19:30	小学生以上の男女	8	15	22	29	
成人水泳教室		19:30～20:30	16歳以上の男女	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				
<b>土曜日</b>								
リラククスヨガ教室	ドリームアリーナ 談話室	10:00～11:00	16歳以上の男女		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	2	16	23	30	
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	2	16	23	30	
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	別紙ご確認ください				
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	16	23	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	2	16		30	
バドミントン教室	B&G尾上体育館	13:30～14:30	5歳～12歳以下の男女		16	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	9	16	23	30	
子ども水泳教室		① 9:50～10:50	年中～小学6年生の男女	9	16	23	30	
		②10:50～11:50		9	16	23	30	
		③13:50～14:50		9	16	23	30	
		④14:50～15:50		9	16	23	30	
選手		17:45～19:30	小学生以上の男女	9	16	23	30	
アクアエクササイズ	19:30～20:15	16歳以上の男女	9	16	23	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					
<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		10	17	24	31
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	/	/	/	/	
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	10	17	24	31	
		②10:50～11:50		10	17	24	31	
		③13:50～14:50		10	17	24	31	
		④14:50～15:50		10	17	24	31	

※ひらかわスポーツクラブよりお知らせ  
 6/5,6Jrバドミントン教室、5/6子ども体操教室は竹館小学校で行います。  
 ※ひらかわスイミングクラブよりお知らせ  
 今月より小学校の水泳授業が始まりますので、お昼の成人水泳教室の時間が12:45～13:45に変更となりますのでお間違えのないようお願いいたします。