

2026年9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	1	8	15		29
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	1	8	15		29
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	1	8	15		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	15		29
成人水泳教室		12:45～13:45	16歳以上の男女	1	8	15		29
子ども水泳教室		①15:45～16:45	年中～小学6年生の男女	1	8	15		29
		②16:45～17:45		1	8	15		29
準選手		17:45～19:00	小学生以上の男女	1	8	15		29
アクアエクササイズ		19:30～20:15	16歳以上の男女	1	8	15		29
マスターズ		19:30～20:30	16歳以上の男女	1	8	15		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				
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	2	9			30
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		30
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	2	9	16		30
アクロバット教室		19:00～20:00	10歳～高校生	2	9	16		30
アクアエクササイズ	平賀屋内 温水プール	12:45～13:30	16歳以上の男女	2	9	16		30
子ども水泳教室		①15:45～16:45	年中～小学6年生の男女	2	9	16		30
		②16:45～17:45		2	9	16		30
準選手		17:45～19:00	小学生以上の男女	2	9	16		30
成人水泳教室		19:30～20:30	16歳以上の男女	2	9	16		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				
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	3	10	17		
	ドリームアリーナ	②19:30～20:30		3	10	17		
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	3	10	17		
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	3	10	17		
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	3	10	17		
成人水泳教室		12:45～13:45	16歳以上の男女	3	10	17		
子ども水泳教室		①15:45～16:45	年中～小学6年生の男女	3	10	17		
		②16:45～17:45		3	10	17		
準選手		17:45～19:00	小学生以上の男女	3	10	17		
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	4	11	18	25	
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	4	11	18	25	
ジュニアハレーボール教室	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	12:45～13:30	16歳以上の男女	4	11	18	25	
子供水泳教室		①15:45～16:45	年中～小学6年生の男女	4	11	18	25	
		②16:45～17:45		4	11	18	25	
選手		17:45～19:30	小学生以上の男女	4	11	18	25	
成人水泳教室		19:30～20:30	16歳以上の男女	4	11	18	25	
パーソナルトレーニング		要予約	15歳以上の男女					
土曜日								
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	5	12			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	12	19	26	
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	5	12	19	26	
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	5	12	19	26	
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	5		19	26	
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	5		19	22	
準選手	平賀屋内 温水プール	8:15～9:30	小学生以上の男女	5		19	26	
子ども水泳教室		① 9:50～10:50	年中～小学6年生の男女	5		19	26	
		②10:50～11:50		5		19	26	
		③13:50～14:50		5		19	26	
		④14:50～15:50		5		19	26	
選手	17:45～19:30	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	
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	10:00～11:30	5歳～小学6年生の男女	6	13	20	27	
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	6	13		27	
		②10:50～11:50		6	13		27	
		③13:50～14:50		6	13		27	
		④14:50～15:50		6	13		27	

※ひらかわスポーツクラブからのお知らせ

9/12.26.29日の体操教室 9/12.25.26.30日のバドミントン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からのお知らせ

9/12.20～23日の期間は一般開放のみとなります。

※おのえスポーツクラブからのお知らせ

子どもバドミントン教室ですが、都合により1日だけ9/22に振替させていただきます。

