

2026年10月度

教室名	場所	時間	対象	開催日			
火曜日							
ヨガ教室	改善センター	13:30～14:30	16歳以上の男女		6	20	27
子ども体操教室	竹館小学校/ 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	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		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
マスターズ		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							
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	14	28
バドミントン教室	竹館小学校/ 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		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		7	21	28
アクロバット教室		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	12:45～13:30	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	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	22	
	改善センター/ ドリームアリーナ	②19:30～20:30		1	8	22	
スラックライン教室	B&G尾上体育館/ 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	ひらかテニスコート	17:30～19:00	5歳～12歳以下の男女	1		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
成人水泳教室		12:45～13:45	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
準選手		17:45～19:00	小学生以上の男女		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			

教室名	場所	時間	対象	開催日					
金曜日									
バドミントン教室	竹館小学校/ ドリームアリーナ	17:30～18:30	5歳～15歳以下の男女	2	9	16	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		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	2	9	16	23		
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		9	16	23	30	
子供水泳教室		①15:45～16:45	年中～小学6年生の男女		9	16	23	30	
		②16:45～17:45			9	16	23	30	
選手		17:45～19:30	小学生以上の男女		9	16	23	30	
成人水泳教室		19:30～20:30	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						
土曜日									
リラックスヨガ教室	改善センター	10:00～11:00	16歳以上の男女	3			24	31	
子ども体操教室	竹館小学校	16:30～17:30	5歳～12歳以下の男女	3		17			31
バドミントン教室	竹館小学校	17:45～18:45	5歳～15歳以下の男女	3		17			31
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	3		17			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	3		17			31
子どもバドミントン教室	B&G尾上体育館	13:30～14:30	5歳～12歳以下の男女	3			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	3		17	24	31	
子ども水泳教室		① 9:50～10:50	年中～小学6年生の男女	3		17	24	31	
		②10:50～11:50		3		17	24	31	
		③13:50～14:50		3		17	24	31	
		④14:50～15:50		3		17	24	31	
選手		17:45～19:30	小学生以上の男女	3		17	24	31	
アクアエクササイズ	19:30～20:15	16歳以上の男女	3		17	24	31		
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	4		18	25		
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	4		18	25		
		②10:50～11:50		4		18	25		
		③13:50～14:50		4		18	25		
		④14:50～15:50		4		18	25		

※ひらかわスポーツクラブからのお知らせ
10月は国民スポーツ大会がドリームアリーナで開催されるため、教室が別会場になる日があります。お間違えのないようご協力の程宜しくお願い致します。

