2026年12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	22	
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	22	
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	22	
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		
成人水泳教室		13:00～14:00	16歳以上の男女	1	8	15		
子ども水泳教室		①15:45～16:45	年中～小学6年生の男女	1	8	15		
		②16:45～17:45		1	8	15		
準選手		17:45～19:00	小学生以上の男女	1	8	15		
アクアエクササイズ		19:30～20:15	16歳以上の男女	1	8	15		
マスターズ		19:30～20:30	16歳以上の男女	1	8	15		
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		23	
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	23	
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	23	
ｱｸﾛﾊﾞｯﾄ教室		19:00～20:00	10歳～高校生	2	9	16	23	
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	2	9	16		
子ども水泳教室		①15:45～16:45	年中～小学6年生の男女	2	9	16		
		②16:45～17:45		2	9	16		
準選手		17:45～19:00	小学生以上の男女	2	9	16		
成人水泳教室		19:30～20:30	16歳以上の男女	2	9	16		
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	24	
	ドリームアリーナ	②19:30～20:30		3	10	17	24	
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	24	
ソフトテニス教室	ドリームアリーナ	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		13:00～14:00	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		
ｼﾞｭﾆｱﾊﾞﾚｰﾎﾞｰﾙ教室	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	4	11	18		
子供水泳教室		①15:45～16:45	年中～小学6年生の男女	4	11	18		
		②16:45～17:45		4	11	18		
選手		17:45～19:30	小学生以上の男女	4	11	18		
成人水泳教室		19:30～20:30	16歳以上の男女	4	11	18		
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 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		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		
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		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	12		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		12	19	26	
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	12	19		
子ども水泳教室		① 9:50～10:50	年中～小学6年生の男女	5	12	19		
		②10:50～11:50		5	12	19		
		③13:50～14:50		5	12	19		
		④14:50～15:50		5	12	19		
選手		17:45～19:30	小学生以上の男女	5	12	19		
アクアエクササイズ		19:30～20:15	16歳以上の男女	5	12	19		
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		
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	20		
		②10:50～11:50		6	13	20		
		③13:50～14:50		6	13	20		
		④14:50～15:50		6	13	20		

※ひらかわスポーツクラブからのお知らせ
12/26(土)子ども体操教室ですが、竹館小学校にて行います。お間違えのないようお願いします。
※ひらかわスイミングクラブからのお知らせ
12/21(月)～/26(土)までの期間はプールメンテナンスのため休館となります。
12/28(月)～1/4(月)まで年末年始休館となります。今年もたくさんのご利用ありがとうございました。