令和7年度 第] 期 健康・スポーツ教室 日程表

						节和/牛皮	,	上别	健尽	は・人	、不一	ツ教	至は	コ柱	夜												
	※第Ⅱ期への優先継続期間は 4	<u>月1</u>	0日(木)~4	月3	0日(水)	◎がついて	ハる教	室は	<u>5月1</u>	0日(<u>(土)~</u>	~5月	<u> 31日</u>	<u>(土)</u>	注(D)キッ	ノズ・ジ	゚ユニフ	ハスキ	ルアッ	ノブサッ	カー	は <u>6</u>	月10	<u>)日(</u>)	<u>火)~</u>	<u>-6</u> F
	教室名	曜日	時間	回数	受講料	場所	1 🗇	20	3 🛮	4 🛮	50	60	70	8 🛮	90	100	110	120	130	14回	15回	160	17回				
	ソフトエアロビクス 🔘	木	10:15~11:15	13	11,050	体育館会議室	4/3	10	17	24	5/1	8	15	22	29	6/5	12	19	26	※4月3	日は剣	道場					
	★ ヨーガ ⑤	月	9:30~11:00 11:15~12:45	12	10,200	体育館会議室	4/7	14	21	28	5/12	19	26	6/2	9	16	23	30		※4月7	'日は柔	道場					
	★ ヨーガ ⑥	金	13:15~14:45	_	11,050	武道館会議室	4/4	11	18	25	5/2	9	16	23	30	6/6	13	20	27	※4月4	日は柔道	道場					
健	★ いきいき新太極拳	日	14:15~15:45						;						開調												
聚教室	★ ヘルシー&レクリエーション (60歳以上)	金	10:15~11:45	9	7,920	サブアリーナ全面	4/4	11	18	25	5/2	9	16	23	30												
	★ 骨格改善ストレッチ ◎	水	9:30~10:30	12	11,400	武道館会議室	4/2	9	16	23	30	5/7	14	21	6/4	11	18	25		※4月2	日、9日	は柔道	場				
	★ 不調改善背骨体操 ◎	月	9:45~11:15	11	10,450	武道館会議室	4/7	14	21	28	5/12	19	26	6/2	9	16	23	30									
	★ 不調改善背骨体操	火	9:45~11:15	11	10,450	体育館会議室	4/1	8	15	22	5/13	20	27	6/3	10	17	24			※4月1	日、8日	は剣道	場				
親	ぽこ・あ・ぽこ親子(2~3歳児)		10:15~11:30	7	7,350	サブアリーナ全面		8	15		5/13		27	0, 0													
教学 室体操	〜体育・音楽・造形あそび教室〜 切児体育 (4〜6歳児 就学前) ②		14:45~15:45		13,650	サブアリーナ全面		11	18	25	5/2		16	23	30	6/6	13	20	27								
	MJの本目(4 で Mixix が子則) ツ	金	14.45 ~ 10.45	113	10,000	リック・ハーノ土山																		<u> </u>			
	教室名	曜日	時間	回数	受講料	場所	1 🗇	20	3 🗆	4 🛭	50	6回	70	8 🛮	90	10回	110	120	130	14回	15回	160	17回				
	インドアテニス(初級~)	木	10:15~11:45	9	14,400	サブアリーナ全面	4/3	10	17	24	5/1	8	15	22	29												
	★ ナイトインドアテニス (中級~)	木	19:15~20:45	9	14,400	サブアリーナ全面	4/3	10	17	24	5/1	8	15	22	29												
	★ ナイトインドアテニス(初級)	金	19:15~20:45	9	14,400	メインアリーナ1/3	4/4	11	18	25	5/2	9	16	23	30												
	★ インドアシニアテニス (初級~)	月	15:15~16:45	7	11,200	メインアリーナ2/3	4/7	14	21	28	5/12	19	26														
スポ	バドミントン (初級~)	火	9:15~11:00 11:05~12:50	7	6,790	メインアリーナ2/3	4/1	8	15	22	5/13	20	27														
1	バドミントン (初級・中級)	水	20:00~21:00	9	5,220	メインアリーナ全面	4/2	9	16	23	30	5/7	14	21	28												
教	★ バドミントン (初級・中級)	金	19:00~21:00	9	9,900	サブアリーナ全面	4/4	11	18	25	5/2	9	16	23	30												
室	★ 卓球 (初級·中級)	水	20:00~21:00	9	5,220	サブアリーナ全面	4/2	9	16	23	30	5/7	14	21	28												
	ワンデーテニス	日	9:20~10:50	3	1回 一般:1,600 中学生:1,300	屋外テニスコート	4/6	13	5/11																		
	ワンデーテニス	月	10:00~11:30	11	1 🗆 1,600	屋外テニスコート	4/7	14	21	5/12	19	26	6/2	9	16	23	30				大会は5/						
	ワンデーテニス	水	10:00~11:30	_	1 🗆 1,600	屋外テニスコート		9	16	23	30	5/7	14	21	28	6/4		18			大会は5/						
	ワンデーテニス	木	10:00~11:30	13	1 🗆 1,600	屋外テニスコート	4/3	10	17	24	5/1	8	15	22	29	6/5	12	19	26	※交流	大会は5/	′29					
Ç	エアロ&プチトレ ●	月	10:00~11:30	12	10,200	トレーニング室	4/7	14	21	28	5/12	19	26	6/2	9	16	23	30									
 	エアロ&プチトレ ●	火	13:30~15:00	11	9,350	トレーニング室	4/1	8	15	22	5/13	20	27	6/3	10	17	24										
ング教室	エアロ&プチトレ ●	木	10:00~11:30	13	11,050	トレーニング室	4/3	10	17	24	5/1	8	15	22	29	6/5	12	19	26								
		曜日	時間	回数	受講料	場所	1 🗇	20	3 🛮	40	50	6 🛮	7 🛮	80	90	100	110	120	13回	140	15回	160	17回	18回	190]	
	かけっこ		16:45~17:45		8,680																					1	
	陸上	月	17:50~18:50	7	9,380	メインアリーナ1/3	4/7	14	21	28	5/12	19	26														
					0,000										予備①	予備②	子備③										
그	ジュニア テニス ◎	月	17:10~18:40	8	12,400	テニスコート	4/7	14	21	5/12	19	26	6/2	9	16	23	30										
アスポ	キッズ・ジュニア テニス ◎	金	17:10~18:40	10	15,500	テニスコート	4/4	11	18	25	5/2	9	16	23	30	6/6	予備① 13	予備② 20	予備③ 27								
T	キッズ サッカー		17:00~17:50		14,300															予備①	予備②	予備③					
教室		火		13	14,300	多目的 グラウンド	4/1	8	15	22	5/13	20	27	6/3	10	17	24	7/1	8								
至	スキルアップ サッカー	1	17:00~18:30		17,160	7														15	22	29					
	中学生ソフトテニス(育成コース) ◎		17:00~18:30		30,400		1.15	_			0.	0=	0.5	= /:-	4.5	4.5	4.5	0-	0.5	0 (1				4-	1.5	予備①	3
	ー 中学生ソフトテニス(スキルアップコース)◎	日·月	18:30~20:00	19	30,400	テニスコート	4/6	7	14	20	21	27	28	5/11	12	18	19	25	26	6/1	2	8	9	15	16	22	T
L.,						L N = - + 17 =	# 1/2/ 1 = =					/ //															

30

令和7年度 第Ⅱ期 健康・スポーツ教室 日程表 ※ サッカー(火)教室は第Ⅰ期。

※()の最終日は予備日です。

31 9/1

18

24

25

8

15

14

注①)ヘルシー&レクリエーション(金)、ぽこ・あ・ぽこ(火)、インドアテニス(木)、ナイトインドアテニス(木)、バドミントン(金)、卓球(水)の次期優先継続期間は 7月10日(木)~7月31日(木) 注②)上記以外の教室の優先継続期間は 8月10日(日)~8月31日(日)

	教室名	曜日	時間]数	受講料	場所	1 🗇	20	3 🛮	4 🛮	50	60	70	80	90	10回	110	120	130	146	150	16	1					
	277																				体育館			+					
	ソフトエアロビクス	木	10:15~11		1	9,350	剣道場全面	7/3	10	17	24	31	8/7	21	28	9/4	11	18		会議室									
	 ★ ∃-ガ	月	9:30~11	─	в	6,800	柔道場全面	7/7	14	8/4	18	25	9/1	8	22	(29)				7月は	体育館	会議室	•						
健	. — .:		11:15~12		4	0.050		7./4		10	05	0 /1		-00	00	0 /5	10	10	(00)										
健康教	★ ∃-ガ	金	13:15~14			9,350	柔道場全面	7/4	11	18	25	8/1	8	22	29	9/5	12	19	(26)	/月ほ	(正連)	官会議室	<u> </u>						
	★ いきいき新太極拳	日	14:15~15	- 10 1	_	5,950	剣道場全面	8/3	10	24	31	9/7	14	21	(28)						0=-	100+	+ ¬.						
	★ ヘルシー&レクリエーション (60歳以上)★ 骨格改善ストレッチ	金水	10:15~11 9:30~10			5,280 10,450	サブアリーナ全面 柔道場北1/2	6/6 7/2	13	20 16	27	30	11 8/6	(18) 20	27	9/3	10	17	(24)			10月はり 官会議室							
	★ 不調改善背骨体操	月	9:45~11		_	7,600	剣道場全面	7/7	14	8/4	18	25	9/1	8	22	(29)	10	17				6女磯王 官会議室							
	★ 不調改善自身体操	火	9:45~11		_	10.450	剣道場全面	7/1	8	15	22	29	8/5	19	26	9/2	9	16	(30)										
親	ぽこ・あ・ぽこ親子(2~3歳児)												-,-					10	(00)										
教学室操	~体育·音楽·造形あそび教室~	火	10:15~11		_	8,400	サブアリーナ全面		10	17	24	7/1	8	15	22	(29)	1.	1.0	(0.5)			10月は	ጥወታ						
操	幼児体育(4~6歳児 就学前)	金	14:45~15	5:45 1	1	11,550	サブアリーナ全面	7/4	11	18	25	8/1	8	22	29	9/5	12	19	(26)	R月/6	月は剣	可直場							
	**************************************	n33	n± ==	,	1*h	₩₩.	±8 =€	1 🖂	0.5	2 =	1 -		6.	7 🗆	0 =		10=	110	100	100	1 4	1 1	1 100						
	教室名	曜日	時間		_	受講料	場所	1 🗆	20	3 🛮	4 🛮	50	60	7 🛮	8 🗆	90	100		120	コス四	140	11120	16	1					
	インドアテニス(初級~)	木	10:15~11	1:45 8	В	12,800	サブアリーナ全面	6/5	12	19	26	7/3	10	17	24	(31)		8	月~10月]は休み	4								
	★ ナイトインドアテニス (中級~)	木	19:15~20				サブアリーナ全面		12	19	26	7/3	10	17	24	(31)		,	8	3月~1	0月は	休み							
	★ ナイトインドアテニス(初級)	金	19:15~20				メインアリーナ1/3	-		7/4	11	18	25	8/1	8	22	(29)	1											
	★ インドアシニアテニス (初級〜)	月	15:15~16		9	14,400	メインアリーナ2/3	6/2	9	16	23	30	7/7	14	8/4	18	(25)												
	 バドミントン (初級〜)	火	9:15~11		1	10,670	メインアリーナ2/3	6/3	10	17	24	7/1	8	15	22	29	8/5	19	(26)										
スポ			11:05~12	2:50																									
	バドミントン(初級・中級)	水	20:00~21				メインアリーナ全面		11	18	25	7/2	9	16	23	30	8/6	20	(27)			L 44 -							
ツ教室	★ バドミントン (初級・中級)	金	19:00~21				サブアリーナ全面	_	20	7/4	11	18	(25)	10	00	(00)	1		_		0月は								
室	★ 卓球 (初級·中級)	水	20:00~21	1:00 8	3	4,640 1 🗆	サブアリーナ全面	6/4	11	18	25	7/2	9	16	23	(30)]		5	5月~ I	0月は	(MA)							
	 ワンデーテニス		9:20~10	:50 3		般:1,600	屋外テニスコート	7/6	27	9/7																			
			0.20 10			中学生: 1.300	12/1/-//	// 0	-/	0, ,																			
	ワンデーテニス	月	10:00~11	1:30 8		-,	屋外テニスコート	7/7	14	8/18	25	9/1	8	22	29	1		※交流	大会は	7/14	.9/29	9							
	ワンデーテニス	水	10:00~11	1:30 7	7 1	1,600	屋外テニスコート	7/2	9	16	8/20	27	9/3	24		•			大会は	•									
	ワンデーテニス	木	10:00~11	1:30	9 1	1,600	屋外テニスコート	7/3	10	17	8/21	28	9/4	11	18	25		※交流	大会は	7/17	.9/2	5							
ţ	エアロ&プチトレ	月	10:00~11	:30 1	0	8,500	トレーニング室	7/7	14	21	28	8/4	18	25	9/1	8	22	(29)											
<u> </u>	エアロ&プチトレ	火	13:30~15	:00 1	1	9,350	トレーニング室	7/1	8	15	22	29	8/5	19	26	9/2	9	16	(30)										
1	エアロ&プチトレ	木	10:00~11	:30 1	1	9,350	トレーニング室	7/3	10	17	24	31	8/7	21	28	9/4	11	18	(25)										
					1				l _							_		l .			1.	1.	1.			_			
	教室名	曜日	時間			受講料	場所	1 🗇	20	3 🛮	40	5 🛮	60	70	8 🛮	90	100	110	120	130	140	150	16	17	70	18	180	180	180
	かけっこ	月	16:45~17	9	u —	11,160	メインアリーナ1/3	6/2	9	16	23	30	7/7	14	8/4	18	(25)												
	陸上		17:50~18	:50		12,060	, .								1			1											
ジュ	ジュニアテニス	月	17:10~18	:40	7	10,850	テニスコート	7/7	14	28	8/4	18	25	9/1	予備①		予備③	1											
															8	22	29	マ牌画	マ准令										
アスポ	キッズ・ジュニアテニス ◎	金	17:10~18	:40 9	9	13,950	テニスコート	7/4	11	18	25	8/1	8	22	29	9/5	予備①	予備②	予備③										
l I	キッズ サッカー		17:00~17	-50		14,300											12	19	20		字/供/1) 予備②		3)					
教	ジュニア サッカー	火	17.00~17		_	14,300	多目的	4/1	8	15	22	5/13	20	27	6/3	10	17	24	7/1	8	JAMIC .) THE) JYIHIG	رو					
教室	スキルアップ サッカー	1 ^	17:00~18	:30 '	_	17.160	グラウンド	4/ 1		15	~~	3/ 13	ا ک	رے ا	0/3	10	'/	~	'	O	15	22	29						
1			47.00 40	-20	_	28,800																					2	マ曲の	予備① 予備②
	中学生ソフトテニス(育成コース)		17:00~18									8/3									9/1	7			4 15				

テニスコート 7/6

14

28 8/3

18:30~20:00

日·月

中学生ソフトテニス(スキルアップコース)

※()の最終日は予備日です。 **令和7年度 第Ⅲ期 健康・スポーツ教室 日程表** ※ サッカー(火)教室は第Ⅱ期。

注①)ナイトインドアテニス(金)、インドアシニアテニス(月)、バドミントン(水)、かけっこ・陸上(月)の優先継続期間は10月10日(金)~10月31日(金) 注②)バドミントン(火)前・後半教室の令和8年度第 I 期由込は**令和8年3月1日(日)~3月10日(火)**の間にマイベージにてWFR抽選由込

中学生ソフトテニス(育成コース)

	注じリハトミフトン(火)削・仮干叙至り	ノヤか	Ⅲ平反弗Ⅰ期	中心	4<u>口和0年</u>	<u>3月1日(日)^</u>	~он і	$\cup \square \cup$	くりりつ目][こくイ	/\-:	<u> </u>		选中化	_								
	注③)上記以外の教室の優先継続期間	間は	11月10日(月))~1 [·]	1月30日(<u>日)</u>																	
	教室名	曜日	時 間	回数	受講料	場所	1 🗇	20	30	40	50	60	70	80	90	10回	110	120	13回 1	14回	150	16回	
	ソフトエアロビクス	木	10:15~11:15	11	9,350	剣道場全面	10/2	9	16	23	30	11/6	13	20	27	12/4	11	(18)					
	★ ∃-ガ	月	9:30~11:00	7	5.950	柔道場全面	10/6	20	27	11/10	17	12/8	15	(22)									
	★ 3-73	Н	11:15~12:45		0,900	未担场土山	10/0	20	۲/	11/10	17	12/0	10	(22)									
ŧ	★ ヨーガ	金	13:15~14:45	11	9,350	柔道場全面	10/3	10	17	24	31	11/7	14	21	28	12/5	12	(19)					
ŧ	★ いきいき新太極拳	日	14:15~15:45	9	7,650	剣道場全面	10/5	12	19	26	11/2	9	30	12/7	14	(21)							
K B	★ ヘルシー&レクリエーション (60歳以上)	金	10:15~11:45	6	5,280	サブアリーナ全面	11/7	14	21	28	12/5	12	(19)										
-	★ 骨格改善ストレッチ	水	9:30~10:30	11	10,450	柔道場北1/2	10/1	8	15	22	29	11/5	12	19	26	12/3	10	(17)					
	★ 不調改善背骨体操	月	9:45~11:15	7	6,650	剣道場全面	10/6	20	27	11/10	17	12/8	15	(22)									
	★ 不調改善背骨体操	火	9:45~11:15	10	9.500	剣道場全面	10/7	14	21	28	11/4	11	18	25	12/2	9	(16)	1					
			0 .0 11110	. 0	5,500	八九二十万工田	. 0/ /		'		/ 1		. 0	0	/ _		,	1					

			11:15~12:45		· ·																		
健	★ ヨーガ	金	13:15~14:45	11	9,350	柔道場全面	10/3	10	17	24	31	11/7	14	21	28	12/5	12	(19)					
健康教	★ いきいき新太極拳	П	14:15~15:45	9	7,650	剣道場全面	10/5	12	19	26	11/2	9	30	12/7	14	(21)							
蝥	★ ヘルシー&レクリエーション (60歳以上)	金	10:15~11:45	6	5,280	サブアリーナ全面	11/7	14	21	28	12/5	12	(19)										
_	★ 骨格改善ストレッチ	水	9:30~10:30	11	10,450	柔道場北1/2	10/1	8	15	22	29	11/5	12	19	26	12/3	10	(17)					
	★ 不調改善背骨体操	月	9:45~11:15	7	6,650	剣道場全面	10/6	20	27	11/10	17	12/8	15	(22)									
	★ 不調改善背骨体操	火	9:45~11:15	10	9,500	剣道場全面	10/7	14	21	28	11/4	11	18	25	12/2	9	(16)						
親子	ぽこ・あ・ぼこ親子 (2~3歳児) ~体育・音楽・造形あそび教室~	火	10:15~11:30	7	7,350	サブアリーナ全面	11/4	11	18	25	12/2	9	16	(23)									
	幼児体育(4~6歳児 就学前)	金	14:45~15:45	11	11,550	サブアリーナ全面	10/3	10	17	24	31	11/7	14	21	28	12/5	12	(19)		10月の	み剣道	場	ı
	教室名	曜日	時間	回数	受講料	場所	1 💷	20	3 🛮	40	50	60	7 🛭	80	90	100	11回	120	130	14回	15回	16回	170

	A TIMENTER PRINT	1 / 3	0.40 11.10	'	0,000	人 足 加 工 田	10,0	1 20	"	1,1/10	1 '/	12/0	10	(1					
	★ 不調改善背骨体操	火	9:45~11:15	10	9,500	剣道場全面	10/7	14	21	28	11/4	11	18	25	12/2	9	(16)			
親教子	ぽこ・あ・ぽこ親子(2~3歳児) ~体育・音楽・造形あそび教室~	火	10:15~11:30	7	7,350	サブアリーナ全面	11/4	11	18	25	12/2	9	16	(23)					-	
教室操	幼児体育(4~6歳児 就学前)	金	14:45~15:45	11	11,550	サブアリーナ全面	10/3	10	17	24	31	11/7	14	21	28	12/5	12	(19)	10月のみ剣道場	
	教室名	曜日	時間	回数	受講料	場所	1 💷	20	3 🛮	40	50	60	7 🛮	80	9 🛮	100	110	120	130 140 150 160	o 170
	インドアテニス(初級~)	木	10:15~11:45	6	9,600	サブアリーナ全面	11/6	13	20	27	12/4	11	(18)							
	★ ナイトインドアテニス (中級~)	木	19:15~20:45	6	9,600	サブアリーナ全面	11/6	13	20	27	12/4	11	(18)							
	★ ナイトインドアテニス(初級)	金	19:15~20:45	7	11,200	メインアリーナ1/3	9/5	12	19	26	10/3	10	24	(31)					11月~3月まで休み	
	★ インドアシニアテニス (初級~)	月	15:15~16:45	6	9,600	メインアリーナ2/3	9/1	8	22	29	10/6	20	(27)		•				11月~3月まで休み	
			9:15~11:00]				11月~3月まで休み	
	バドミントン (初級〜)	火	11:05~12:50	7	6,790	メインアリーナ2/3	9/2	9	16	30	10/7	14	21	(28)					11月~3月まで休み	
スポ	//ドミントン (初級・中級)	水	20:00~21:00	8	4,640	メインアリーナ全面	9/3	10	17	24	10/1	8	15	22	(29)	1			11月~3月まで休み	
7	★ バドミントン (初級・中級)	金	19:00~21:00	6	6,600	サブアリーナ全面	11/7	14	21	28	12/5	12	(19)			I				
Ý	★ 卓球 (初級·中級)	水	20:00~21:00	7	4.060	サブアリーナ全面	_		19	26	12/3		17	(24)	1					
教室	ワンテーテニス	B	9:20~10:50	3	1回 一般:1,600 中学生: 1,300	屋外テニスコート					12, 0	10			I					
	ワンテーテニス	月	10:00~11:30	7	1 🗆 1,600	屋外テニスコート	10/6	20	11/10	17	12/8	15	22						※交流大会は11/17	7
	ワンデーテニス	水	10:00~11:30	10	1 🗆 1,600	屋外テニスコート	10/1	8	22	11/5	12	19	26	12/10	17	24			※交流大会は11/26	3
	ワンデーテニス	木	10:00~11:30	13	1 🗆 1,600	屋外テニスコート	10/2	9	16	23	30	11/6	13	20	27	12/4	11	18	25 ※交流大会は11/27	7
1.	Tマロ 0 プチトレ	П	10:00~11:30	7	5.050	りたいが安	10/6	20	27	11/10	17	12/8	15	(22)						

擽	划是体育(4.~O减免 就子前)	並	14.45 9 15.45	11	11,000	リンプリエ回	10/3	10	17	24	31	11//	14	۲۱	20	12/5	12	(19)		IUHV	ノの大川川	旦场]
	教室名	曜日		回数	受講料	場所	1 🗇	20	30	40	50	60	7回	80	90	100	110	120	130	14回	15回	16回	170
	インドアテニス(初級~)	木	10:15~11:45	6	9,600	サブアリーナ全面	11/6	13	20	27	12/4	11	(18)										
	★ ナイトインドアテニス (中級~)	木	19:15~20:45	6	9,600	サブアリーナ全面	11/6	13	20	27	12/4	11	(18)										
	★ ナイトインドアテニス(初級)	金	19:15~20:45	7	11,200	メインアリーナ1/3	9/5	12	19	26	10/3	10	24	(31)					11月~	3月まで	休み		
	★ インドアシニアテニス (初級~)	月	15:15~16:45	6	9,600	メインアリーナ2/3	9/1	8	22	29	10/6	20	(27)		=				11月~	3月まて	休み		
	(SINO) ATION	N/z	9:15~11:00		6.790	√ A = U 10 /0	0.70		10	30	10 /7	14	01	(00)]				11月~	3月まで	休み		
_	バドミントン (初級~)	火	11:05~12:50] ′	0,/90	メインアリーナ2/3	9/2	9	16	30	10/7	14	21	(28)					11月~	3月まて	休み		
スポ	バドミントン (初級・中級)	水	20:00~21:00	8	4,640	メインアリーナ全面	9/3	10	17	24	10/1	8	15	22	(29)				11月~	3月まて	休み		
	★ バドミントン (初級·中級)	金	19:00~21:00	6	6,600	サブアリーナ全面	11/7	14	21	28	12/5	12	(19)			•							
ツ教室	★ 卓球 (初級·中級)	水	20:00~21:00	7	4,060	サブアリーナ全面	11/5	12	19	26	12/3	10	17	(24)									
童	ワンテーテニス	日	9:20~10:50	3	1回 一般:1,600 中学生: 1,300	屋外テニスコート	10/5	11/16	612/14					_									
	ワンデーテニス	月	10:00~11:30	7	1 🗆 1,600	屋外テニスコート	10/6	20	11/10	17	12/8	15	22							※交流	大会は1	1/17	
	ワンデーテニス	水	10:00~11:30	10	1回1,600	屋外テニスコート	10/1	8	22	11/5	12	19	26	12/10	17	24				※交流	大会は1	1/26	
	ワンデーテニス	木	10:00~11:30	13	1回1,600	屋外テニスコート	10/2	9	16	23	30	11/6	13	20	27	12/4	11	18	25	※交流	大会は1	1/27	
Ļ	エアロ & プチトレ	月	10:00~11:30	7	5,950	トレーニング室	10/6	20	27	11/10	17	12/8	15	(22)						•			
<u>+</u>	エアロ & プチトレ	火	13:30~15:00	10	8,500	トレーニング室	10/7	14	21	28	10/4	11	18	25	12/2	9	(16)						
教室	エアロ&プチトレ	木	10:00~11:30	11	9,350	トレーニング室	10/2	9	16	23	30	11/6	13	20	27	12/4	11	(18)					
	*/r==-67	пааг	n± 88		777=#1/VI	18 50	1 =	0.5		1.0			7.0	0.5		105	115	100	130	1 40	155	16回	170 18
		曜日	時間	回数	受講料	場所	1 🗆	20	30	40	50	60	7 🛭	80	90	100	11111	120	130	14回	15回	100	170 18
	かけっこ 陸上	月	16:45~17:45 17:50~18:50	6	7,440 8,040	メインアリーナ1/3	9/1	8	22	29	10/6		(27)		_			11	月~3	月まで休	み		
ジ	ジュニア テニス	月	17:10~18:40	6	9,300	テニスコート	10/6	20	27	11/10	17	12/8	予備①	予備②									

	教至名	唯日	時間	四数	文	場所		20	30	4回	50	6回	/ 回	回	9 🛮	100	旦	민	9	14回	15回	16回	1 / 回	
	インドアテニス(初級~)	木	10:15~11:45	6	9,600	サブアリーナ全面	11/6	13	20	27	12/4	11	(18)											1
	★ ナイトインドアテニス (中級〜)	木	19:15~20:45	6	9,600	サブアリーナ全面	11/6	13	20	27	12/4	11	(18)											
	★ ナイトインドアテニス(初級)	金	19:15~20:45	7	11,200	メインアリーナ1/3	9/5	12	19	26	10/3	10	24	(31)					11月~	3月まて	·休み			
	★ インドアシニアテニス (初級〜)	月	15:15~16:45	6	9,600	メインアリーナ2/3	9/1	8	22	29	10/6	20	(27)						11月~	3月まて	休み			
	バドミントン (初級~)	火	9:15~11:00	7	6.790	メインアリーナ2/3	0 /2	9	16	30	10/7	14	21	(28)					11月~	3月まて	·休み			
_	THE STOCK TO MAKE TO		11:05~12:50	′	0,750	M1277 72/3	3/2	ס	10	30	10//	14	21	(20)		_			11月~	3月まて	休み			
スポ	バドミントン (初級・中級)	水	20:00~21:00	8	4,640	メインアリーナ全面	9/3	10	17	24	10/1	8	15	22	(29)				11月~	3月まて	休み			
	★ バドミントン (初級·中級)	金	19:00~21:00	6	6,600	サブアリーナ全面	11/7	14	21	28	12/5	12	(19)			•								
¥π	★ 卓球 (初級·中級)	水	20:00~21:00	7	4,060	サブアリーナ全面	11/5	12	19	26	12/3	10	17	(24)										
教室	ワンテーテニス	日	9:20~10:50	3	1回 一般:1,600 中学生: 1,300	屋外テニスコート	10/5	11/16	12/14															
	ワンデーテニス	月	10:00~11:30	7	1 🗆 1,600	屋外テニスコート	10/6	20	11/10	17	12/8	15	22							※交流	大会は11	/17		
	ワンデーテニス	水	10:00~11:30	10	1 🗆 1,600	屋外テニスコート	10/1	8	22	11/5	12	19	26	12/10	17	24				※交流	大会は11	/26		
	ワンデーテニス	*	10:00~11:30	13	1 🗆 1,600	屋外テニスコート	10/2	9	16	23	30	11/6	13	20	27	12/4	11	18	25	※交流	大会は11	/27		
1	エアロ&プチトレ	月	10:00~11:30	7	5,950	トレーニング室	10/6	20	27	11/10	17	12/8	15	(22)										
茅	エアロ&プチトレ	火	13:30~15:00	10	8,500	トレーニング室	10/7	14	21	28	10/4	11	18	25	12/2	9	(16)							
教室	エアロ&プチトレ	木	10:00~11:30	11	9,350	トレーニング室	10/2	9	16	23	30	11/6	13	20	27	12/4	11	(18)						
		曜日	時間	回数	受講料	場所	1 🛮	20	30	40	50	60	70	80	90	100	110	120	13回	140	150	160	1 7 🖂	110
		唯口		凹奴		场別	1 🖽	스템	3凹	40	2 🖺	0 🖺	/ LII	0 🖺	9 🗓	100	110	1 2 12	100	14回	10回	10回	170	110
	かけっこ 陸上	月	16:45~17:45 17:50~18:50	6	7,440 8,040	メインアリーナ1/3	9/1	8	22	29	10/6	20	(27)					11	月~3月	目まで休	み			
ヺ	ジュニアテニス	月	17:10~18:40	6	9,300	テニスコート	10/6	20	27	11/10	17	12/8	予備① 15											

	教室名	曜日	時間	回数	受講料	場所	1 🗇	20	3 🛮	40	50	60	70	80	90	100	110	120	130	140	15回	16回	170	
	インドアテニス (初級~)	木	10:15~11:45	6	9,600	サブアリーナ全面	11/6	13	20	27	12/4	11	(18)		l									ı
	★ ナイトインドアテニス (中級~)	木	19:15~20:45	6	9,600	サブアリーナ全面	11/6	13	20	27	12/4	11	(18)		_									1
	★ ナイトインドアテニス(初級)	金	19:15~20:45	7	11,200	メインアリーナ1/3	9/5	12	19	26	10/3	10	24	(31)					11月~3	3月まで	休み			ı
	★ インドアシニアテニス (初級~)	月	15:15~16:45	6	9,600	メインアリーナ2/3	9/1	8	22	29	10/6	20	(27)						11月~3	3月まで	休み			ı
	(PICS) A CATION A	NI.	9:15~11:00	_	0.700	V 0 = U 10 /0	0.70	0	10	-00	10 /7	1.4	01	(00)					11月~3	3月まで	休み			ı
_	バドミントン (初級~)	火	11:05~12:50	1 ′	6,790	メインアリーナ2/3	9/2	9	16	30	10/7	14	21	(28)					11月~3	3月まで	休み			ı
スポ	バドミントン (初級・中級)	水	20:00~21:00	8	4,640	メインアリーナ全面	9/3	10	17	24	10/1	8	15	22	(29)				11月~	3月まで	休み			ı
1	★ バドミントン (初級·中級)	金	19:00~21:00	6	6,600	サブアリーナ全面	11/7	14	21	28	12/5	12	(19)											ı
教	★ 卓球 (初級·中級)	水	20:00~21:00	7	4,060	サブアリーナ全面	11/5	12	19	26	12/3	10	17	(24)										1
教室	ワンテーテニス	日	9:20~10:50	3	1回 一般:1,600 中学生: 1,300	屋外テニスコート	10/5	11/16	12/14															l
	ワンデーテニス	月	10:00~11:30	7	1回1,600	屋外テニスコート	10/6	20	11/10	17	12/8	15	22							※交流大	会は1	1/17		ı
	ワンテーテニス	水	10:00~11:30	10	1 🗆 1,600	屋外テニスコート	10/1	8	22	11/5	12	19	26	12/10	17	24				※交流大	会は1	1/26		ı
	ワンデーテニス	木	10:00~11:30	13	1回1,600	屋外テニスコート	10/2	9	16	23	30	11/6	13	20	27	12/4	11	18	25	※交流大	会は1	1/27		ı
Y	エアロ&プチトレ	月	10:00~11:30	7	5,950	トレーニング室	10/6	20	27	11/10	17	12/8	15	(22)										ı
トレーニング数	エアロ&プチトレ	火	13:30~15:00	10	8,500	トレーニング室	10/7	14	21	28	10/4	11	18	25	12/2	9	(16)							ı
教室	エアロ & プチトレ	木	10:00~11:30	11	9,350	トレーニング室	10/2	9	16	23	30	11/6	13	20	27	12/4	11	(18)]					ı
			1																					
	教室名	曜日		回数	受講料	場所	1 🛮	20	3 🛮	40	50	60	70	80	90	100	110	120	13回	14回	15回	16回	170	18回
	かけっこ 陸上	月	16:45~17:45 17:50~18:50	6	7,440 8,040	メインアリーナ1/3	9/1	8	22	29	10/6	20	(27)					11	1月~3月	目まで休る	}			
ジュ	ジュニアテニス	月	17:10~18:40	6	9,300	テニスコート	10/6	20	27	11/10	17	12/8	予備① 15	予備② 22										
ニアスポ	キッズ・ジュニア テニス ◎	金	17:10~18:40	10	15,500	テニスコート	10/3	10	17	24	31	11/7	14	21	28	12/5	予備① 12	予備② 19	予備③ 26					
	キッズ サッカー		17:00~17:50		14,300	20th														予備①	予備②	予備③		
教室	ジュニア サッカー	火	17:00~18:30	13	14,300	多目的 グラウンド	9/2	9	16	30	10/7	14	21	28	11/4	11	18	25	12/2	9	16	23		
=	スキルアップ サッカー		.,		17,160															_				

12 13 19 20

26

27 11/2 190

予備② 予備③

23

24

30 | 12/7 | 8

10

16 17

	ワンデーテニス	木	10:00~11:30	13	1 🗆 1,600	屋外テニスコート	10/2	9	16	23	30	11/6	13	20	27	12/4	11	18	25	※交流力	t会は1	1/27
	エアロ&プチトレ	月	10:00~11:30	7	5,950	トレーニングを	10/6	20	27	11/10	17	12/8	15	(22)								
	エアロ&プチトレ	火	13:30~15:00	10	8,500	トレーニング室	10/7	14	21	28	10/4	11	18	25	12/2	9	(16)					
	エアロ&プチトレ	木	10:00~11:30	11	9,350	トレーニング室	10/2	9	16	23	30	11/6	13	20	27	12/4	11	(18)				
	教室名	曜日	時 間	回数	受講料	場所	1 🗇	20	30	40	50	60	7 🛮	80	90	100	110	120	130	14回	150	16回
	かけっこ	月	16:45~17:45	6	7,440	メインアリーナ1/3	0 /1	8	22	29	10/6	20	(27)					11	п. О	 月まで休	7.	
	陸上	77	17:50~18:50		8,040	X1779-7173	9/ 1	0	~~	29								- ' '	H.~3)	HACIM	か	
	ジュニア テニス	月	17:10~18:40	6	9,300	テニスコート	10/6	20	27	11/10	17	12/8	予備①	予備②								
.) <u></u> , ,,	, ,	17,10 10.10	"	0,000	/_/	10,0			117 10	' '	12,0	15	22								
	キッズ・ジュニア テニス ◎	金	17:10~18:40	10	15.500	テニスコート	10/3	10	17	24	31	11/7	14	21	28	12/5	予備①	予備②	予備③			
	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		1, 10 10 10		10,000	, _,	10,0		. ,		0.	, ,				, .	12	19	26			
	キッズ サッカー		17:00~17:50		14,300	多目的														予備①	予備②	予備③
	ジュニア サッカー	火	17:00~18:30	13	14,300	グラウンド	9/2	9	16	30	10/7	14	21	28	11/4	11	18	25	12/2	9	16	23
	スキルアップ サッカー		17.00 910.30		17,160															J	10	دی

テニスコート 10/5 6

30,400

17:00~18:30

	教室名	曜日	時間	回数	受講料	場所	1 🗇	20	30	40	50	60	70	80	90	100	110	120									
	ソフトエアロビクス	木	10:15~11:15	12	10,200	剣道場全面	1/8	15	22	29	2/5	12	19	26	3/5	12	19	26									
	★ ヨーガ	月	9:30~11:00 11:15~12:45	10	8,500	柔道場全面	1/19	26	2/2	9	16	3/2	00	16	23	30											
健	★ ヨーガ	金	13:15~14:45	11	9,350	柔道場全面	1/9	16	23	30	2/6	13	20	27	3/6	13	27										
健康教	★ いきいき新太極拳	H	14:15~15:45	11	9,350	剣道場全面	1/18	25	2/1	8	15	22	3/1	8	15	22	29										
室	★ ヘルシー&レクリエーション (60歳以上)	金	10:15~11:45	11	9,680	サブアリーナ全面	1/9	16	23	30	2/6	13	20	27	3/6	13	27										
	★ 骨格改善ストレッチ	水	9:30~10:30	10	9,500	柔道場北1/2	1/14	21	28	2/4	18	25	3/4	11	18	25											
	★ 不調改善背骨体操	月	9:45~11:15		9,500	剣道場全面	1/19	26	2/2	9	16	3/2	9	16	23	30											
	★ 不調改善背骨体操	火	9:45~11:15	12	11,400	剣道場全面	1/13	20	27	2/3	10	17	24	3/3	10	17	24	31									
教子室操	ぽこ・あ・ぽこ親子 (2~3歳児) ~体育・音楽・造形あそび教室~	火	10:15~11:30	12	12,600	サブアリーナ全面	1/13	20	27	2/3	10	17	24	3/3	10	17	24	31									
*操	幼児体育 (4~6歳児 就学前)	金	14:45~15:45	11	11,550	サブアリーナ全面	1/9	16	23	30	2/6	13	20	27	3/6	13	27										
	教室名	曜日	時 間	回数	受講料	場所	1 🗇	20	30	40	50	60	70	80	90	100	11回	120									
	インドアテニス (初級~)	木	10:15~11:45	12	19,200	サブアリーナ全面	1/8	15	22	29	2/5	12	19	26	3/5	12	19	26									
	★ ナイトインドアテニス (中級〜)	木	19:15~20:45	12	19,200	サブアリーナ全面	1/8	15	22	29	2/5	12	19	26	3/5	12	19	26									
	★ ナイトインドアテニス(初級)	金	19:15~20:45			メインアリーナ1/3					11	月~3/	目まで休	み													
	★ インドアシニアテニス (初級~)	月	15:15~16:45			メインアリーナ2/3					11	月~3/	目まで休	み													
スポ	バドミントン (初級~)	火	9:15~11:00 11:05~12:50			メインアリーナ2/3						月~3 <i>1</i> 1月~3 <i>1</i>															
ポ	バドミントン (初級・中級)	氷	20:00~21:00			メインアリーナ全面					11	月~3/	目まで休	み													
	★ バドミントン (初級・中級)	金	19:00~21:00	11	12,100	サブアリーナ全面	1/9	16	23	30	2/6	13	20	27	3/6	13	27										
教室	★ 卓球 (初級·中級)	水	20:00~21:00	10	5,800	サブアリーナ全面	1/14	21	28	2/4	18	25	3/4	11	18	25											
	ワンデーテニス	В	9:20~10:50		1回 一般:1,600 中学生:1,300	屋外テニスコート	1/11	2/8	15	3/1	15																
	ワンデーテニス	月	10:00~11:30	9	1 🗆 1,600	屋外テニスコート	1/19	26	2/2	9	16	3/2	9	16	23				※交流大会は1	/26、3,	/23						
	ワンデーテニス	水	10:00~11:30		1 🗆 1,600	屋外テニスコート	1/7	14	21	28	2/4	18	25	3/4	11	18	25		※交流大会は1								
l	ワンデーテニス	木	10:00~11:30	12	1回 1,600	屋外テニスコート	1/8	15	22	29	2/5	12	19	26	3/5	12	19	26	※交流大会は1	/29,3/	/26						
F	エアロ & プチトレ	月	10:00~11:30	10	8,500	トレーニング室	1/19	26	2/2	9	16	3/2	9	16	23	30											
亨	エアロ&プチトレ	火	13:30~15:00	12	10,200	トレーニング室	1/13	20	27	2/3	10	17	24	3/3	10	17	24	31									
教室	エアロ & プチトレ	木	10:00~11:30	11	9,350	トレーニング室	1/15	22	29	2/5	12	19	26	3/5	12	19	26										
																										1	
	教室名	曜日		回数	受講料	場所	1 🗇	20	30	40	5 🛮	60	70	80	90	100	110	120	130 140	150	16回	170	180	190	200	-	
	Setlyd	月	16:45~17:45	1		メインアリーナ1/3				11	月~3/	目までは	木み														
	陸上		17:50~18:50									30.41															
ジュ	ジュニアテニス	月	17:10~18:40	7	10,850	テニスコート	1/19	26	2/2	9	16	3/2	9	予備① 16	予備② 23	予備③ 30											
ニアスポ	キッズ・ジュニア テニス ◎	金	17:10~18:40	8	12,400	テニスコート	1/9	16	23	30	2/6	13	20	27	予備① 3/6	予備② 13	予備③ 27										
	キッズ サッカー		17:00~17:50		0.000											予備①	予備②	予備③								1	
教室	ジュニア サッカー	火		9	9,900	多目的 グラウンド	1/13	20	27	2/3	10	17	24	3/3	10	47										1	
室	スキルアップ サッカー	1	17:00~18:30		11,880	1										17	24	31								1	
	中学生ソフトテニス(育成コース)		17:00~18:30		32,000								- (1													予備①	予備② 予
	中学生ソフトテニス(スキルアップコース)	日·月	18:30~20:00	20	32,000	テニスコート	1/11	12	18	19	25	26	2/1	2	8	9	15	16	22 23	3/1	2	8	9	15	16	22	23