

2022年度 第4期 大人のスポーツ教室日程

※スタジオ・プールの教室参加には別途受講フロアの施設利用料が必要

曜日	クラス名	場所	時間	担当	定員	最少 催行	回数	@	3ヶ月料金	開催日													
										2023年1月				2023年2月				2023年3月					
										休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休		
火曜日	卓球	第2	9:30~11:45	北出・多田	30	12	10	1100	¥11,000	休	休	17	24	31	7	14	21	休	7	14	21	28	
	バドミントン初級	第1 A B	9:45~11:45	山口	60	30	10	1100	¥11,000	休	休	17	24	31	7	14	21	28	7	14	21	休	
	バドミントン中級	第1 B	12:30~14:30	山口	30	20	10	1100	¥11,000	休	休	17	24	31	7	14	21	28	7	14	21	休	
	かんたんリズム	スタジオ	10:00~11:00	牧野	20	8	10	600	¥6,000	休	休	17	24	31	7	14	休	28	7	14	21	28	
	姿勢改善・ボディケア	スタジオ	11:10~12:10	牧野	20	8	10	600	¥6,000	休	休	17	24	31	7	14	休	28	7	14	21	28	
	初級スイム	プール	9:50~10:50	大野	16	4	11	800	¥8,800	休	休	17	24	31	7	14	21	28	7	14	21	28	
	中級スイム	プール	11:00~12:00	大野	16	4	11	800	¥8,800	休	休	17	24	31	7	14	21	28	7	14	21	28	
	NEW カラダすっきりエクササイズ	スタジオ	13:45~14:45	河合	20	3	11	600	¥6,600	休	休	17	24	31	7	14	21	28	7	14	21	28	
	キッズダンス	スタジオ	17:00~18:00	奈良	20	8	10	1320	¥13,200	休	休	17	24	31	7	14	21	28	7	14	休	28	
	キッズバスケ(低学年)	第1 B	16:50~17:50	大阪エヴェッサ	30	未定	-	-	月謝制 ¥5,500(4回時)	休	休	17	24	31	7	14	21	28	7	14	休	28	
	キッズバスケ(高学年)	第1 B	17:55~19:15	大阪エヴェッサ	30	未定	-	-	月謝制 ¥6,600(4回時)	休	休	17	24	31	7	14	21	28	7	14	休	28	
キッズバスケ(中学生)	第1 B	19:20~20:40	大阪エヴェッサ	30	未定	-	-	月謝制 ¥6,600(4回時)	休	休	17	24	31	7	14	21	28	7	14	休	28		
NEW 社交ダンス	多目的	16:00~17:00	井上	20	7	10	1650	¥16,500	休	休	17	24	31	7	14	21	28	7	14	休	28		
NEW フロアバレエから始める初心者バレエ	スタジオ	19:40~20:40	安田	20	7	-	600	月謝制 ¥2,400(4回時)	休	休	17	休	31	休	14	21	28	7	14	休	28		
水曜日	住吉さわやか体操 I	スタジオ	9:30~10:30	前田	20	4	11	600	¥6,600	休	11	18	25	休	1	8	15	22	1	8	15	22	
	住吉さわやか体操 II	スタジオ	10:45~11:45	石賀	20	4	12	600	¥7,200	休	11	18	25	休	1	8	15	22	1	8	15	22	
	NEW 少人数制初心者スイム	プール	10:00~10:40	富田	6	3	12	1100	¥13,200	休	11	18	25	休	1	8	15	22	1	8	15	22	
	初級スイム	プール	10:50~11:50	富田	16	6	12	800	¥9,600	休	11	18	25	休	1	8	15	22	1	8	15	22	
	中級スイム	プール	12:00~13:00	富田	9	5	12	1100	¥13,200	休	11	18	25	休	1	8	15	22	1	8	15	22	
	ステップアップスイム(月単位)	プール	13:10~14:10	富田	6	3	-	1650	月6,600円(4回時)	休	11	18	25	休	1	8	15	22	1	8	15	22	
	NEW アクアパーソナル40	プール	14:15~14:55	富田	1	1	5	4800	1回 ¥4,800	休	休	休	休	休	休	休	休	1	8	15	22		
	健康体操	スタジオ	13:15~14:30	斉藤	20	11	10	600	¥6,000	休	11	18	25	休	1	8	15	22	1	8	15	休	
	元気アップ体操	スタジオ	14:45~15:45	海野	20	10	12	600	¥7,200	休	11	18	25	休	1	8	15	22	1	8	15	22	
	キッズバレエ(幼児~2年生)	スタジオ	17:00~18:00	原野	22	-	-	-	月謝制 ¥5,500(4回時)	休	11	18	25	休	1	8	15	22	1	8	15	22	
	キッズバレエ(3~6年生)	スタジオ	18:10~19:10	原野	22	-	-	-	月謝制 ¥5,500(4回時)	休	11	18	25	休	1	8	15	22	1	8	15	22	
大人バレエ	多目的	19:30~20:40	原野	14	7	11	1375	¥15,125	休	11	18	25	休	1	8	15	22	1	8	15	22		
硬式テニス(初級) ※Aコート	第1 A	19:15~20:45	三輪	10	5	9	1375	¥12,375	休	11	18	25	休	休	8	休	22	1	8	休	22		
バドミントン	第2	19:15~20:45	一柳	25	10	12	1100	¥13,200	休	11	18	25	休	1	8	15	22	1	8	15	22		
木曜日	NEW 機能改善アクア30	プール	9:45~10:15	大野	20	3	12	400	¥4,800	5	12	19	26	休	2	9	16	23	2	9	16	23	
	アクアダンス	プール	10:25~11:10	大野	20	3	12	600	¥7,200	5	12	19	26	休	2	9	16	23	2	9	16	23	
	NEW ハビバス(ハビ°-ハ°)ストレッチ	多目的	9:30~10:30	hiromi	15	7	12	1700	¥20,400	5	12	19	26	休	2	9	16	23	2	9	休	23	
	太極拳	スタジオ	10:00~11:00	藤岡	20	8	12	600	¥7,200	5	12	19	26	休	2	9	16	23	2	9	16	休	
	硬式テニス(初級)(午前)	第1 B	10:00~11:30	青山	15	8	12	1100	¥13,200	5	12	19	26	休	2	9	16	23	2	9	休	23	
	はじめてヨガ60	スタジオ	11:30~12:30	平野	20	10	13	600	¥7,800	5	12	19	26	休	2	9	16	23	2	9	16	23	
	NEW キッズフットサル(小学1年2年)	第1 A	16:20~17:20	シュライカー大阪	20	-	-	-	月謝制 ¥4,889(4回時)	5	12	19	26	休	2	9	休	23	2	9	休	23	
	キッズフットサル(小学3年4年)	第1 A	17:30~18:30	シュライカー大阪	20	-	-	-	月謝制 ¥5,703(4回時)	5	12	19	26	休	2	9	休	23	2	9	休	23	
	キッズフットサル(小学5年6年)	第1 A	18:35~19:50	シュライカー大阪	20	-	-	-	月謝制 ¥6,619(4回時)	5	12	19	26	休	2	9	休	23	2	9	休	23	
	フィットネスステーション	スタジオ	19:15~20:15	スタッフ	20	3	11	600	¥6,600	5	12	19	26	休	2	9	16	23	2	9	16	休	
	金曜日	花金卓球	第1 B	10:00~11:30	梅屋	20	6	9	1100	¥9,900	6	休	20	27	休	休	10	休	24	3	10	休	24
親子で楽しむ運動あそび教室		多目的	10:00~11:00	石賀・森橋	12	4	8	1100	¥8,800	休	12	20	27	休	2	10	休	24	3	10	休	休	
ヨガ70		スタジオ	10:30~11:40	岡田	20	8	13	600	¥7,800	6	13	20	27	休	3	10	17	24	3	10	17	24	
エンジョイミット		プール	10:15~11:00	大野	20	4	12	600	¥7,200	6	13	20	27	休	3	10	17	24	3	10	17	24	
NEW アクアパーソナル30		プール	11:10~11:40	大野	1	1	1	3300	¥3,300	6	13	20	27	休	3	10	17	24	3	10	17	24	
やさしいピラティス		スタジオ	12:30~13:30	大野	20	4	12	600	¥7,200	6	13	20	27	休	3	10	17	24	3	10	17	24	
HULAHULA		スタジオ	14:15~15:00	草西	20	9	12	600	¥7,200	6	13	20	27	休	3	10	17	24	3	10	17	24	
NEW biimasports(月謝制)		第2	15:30~16:30	選任コーチ	20	5	4	2350	月謝制 ¥9,400(4回時)	6	休	20	27	休	休	10	休	24	3	10	休	24	
NEW biimasports(月謝制)		第2	16:30~17:30	選任コーチ	20	5	4	2350	月謝制 ¥9,400(4回時)	6	休	20	27	休	休	10	休	24	3	10	休	24	
ジュニアバドミントン		第2	18:15~20:00	保田	25	17	8	1375	¥11,000	休	休	20	27	休	休	10	休	24	3	10	休	24	
硬式テニス(初級) ※Bコート		第1 B	19:00~20:30	青山	10	5	9	1375	¥12,375	6	休	20	27	休	休	10	休	24	3	10	休	24	
硬式テニス(初級ゲーム)	第1 A	19:15~20:45	三輪	10	5	9	1375	¥12,375	6	休	20	27	休	休	10	休	24	3	10	休	24		
土曜日	社交ダンス	第2	9:45~11:45	栗林・左雲	30	15	8	1100	¥8,800	7	休	21	28	休	休	11	休	25	4	11	休	25	
	増設 親子で楽しむ運動あそび教室	多目的	10:00~11:00	植村・河合	12	4	8	1100	¥8,800	7	休	21	28	休	休	11	休	25	4	11	休	25	
	少人数制スイミングスクール	プール	12:15~13:15	柴田	6	3	-	1650	1ヶ月4回時 6,600円	7	14	21	28	休	4	11	18	25	4	11	18	25	
	はじめてヨガ70	スタジオ	13:10~14:20	岡田	20	8	12	600	¥7,200	7	14	21	28	休	4	11	18	25	4	11	18	25	
	NEW MOVE BODY POWER45	スタジオ	14:35~15:20	黒木	20	4	12	600	¥7,200	7	14	21	28	休	4	11	18	25	4	11	18	25	
	NEW バレエのためのコアトレーニング	多目的	15:10~16:10	安田	20	7	-	1100	月謝制 ¥4,400(4回時)	7	休	休	28	休	休	11	休	25	4	休	休	25	
	NEW 美しく踊れる初級バレエ	多目的	16:20~17:20	安田	20	7	-	1375	月謝制 ¥5,500(4回時)	7	休	休	28	休	休	11	休	25	4	休	休	25	
	キッズチア(幼児・低学年)	スタジオ	17:30~18:30	平石	20	-	-	-	月謝制 ¥6,600(4回時)	7	14	休	28	休	4	11	18	25	4	11	18	休	
	キッズチア(高学年)	スタジオ	18:40~19:40	平石	20	-	-	-	月謝制 ¥6,600(4回時)	7	14	休	28	休	4	11	18	25	4	11	18	休	
日曜日	ヨガ70	スタジオ	9:30~10:40	岡田	20	8	12	600	¥7,200	休	8	15	22	29	5	12	19	26	5	12	19	26	
	NEW 自力整体	スタジオ	14:00~15:00	片倉	20	6	11	600	¥6,600	休	8	15	22	29	5	12	19	26	5	休	19	26	
	ロボットプログラミング I	スタジオ	13:00~14:00	スタッフ	5	1	9	3300	月3回 9,900円	休	8	15	22	休	休	5	12	19	休	5	12	19	休
	ロボットプログラミング II	スタジオ	14:30~15:30	スタッフ	5	1	9	3300	月3回 9,900円	休	8	15	22	休	休	5	12	19	休	5	12	19	休

※申込時の注意事項

- ・ 申込みは先着順です。定員になり次第〆切ります
- ・ お申込みは本人様に限ります。(電話や代理でのお申込みは出来ません)

※ご夫婦、ご兄弟、ご親戚、ご友人であっても代理での申込みはできません。

R5.1.25更新