



大人クラス

ヨガ・調整系	健康づくり	ダンス	競技系	※案内①～③ご確認ください。	
2 ピギナーヨーガ 日程 火 11:00～11:50 料金 ¥9,900 4月1.8.15.22 定員 25名 5月13.20.27 会場 研修室 6月3.10.17 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 石丸 あかね	11 ポールで美姿勢 (ピラティス骨盤エクササイズ) 日程 木 10:20～11:20 料金 ¥13,200 4月3.10.17.24 定員 27名 5月1.8.15.22.29 会場 第2体育室 6月5.12.19 対象年齢 16歳以上 全12回 講師名 山本 敦子	24 中高年らくらくトレーニングⅠ 日程 月 11:00～11:50 料金 ¥7,920 4月7.14.28 定員 30名 5月12.26 会場 第3体育室 6月2.9.23 対象年齢 50歳以上 全8回 講師名 児島 富美子	38 基本のバレエ 日程 木 10:10～11:40 料金 ¥17,160 4月3.10.17.24 定員 30名 5月8.15.22.29 会場 第3体育室 6月5.12.19.26 対象年齢 16歳以上 全12回 講師名 佐藤 百恵	44 バドミントン教室A 日程 金 09:00～10:40 料金 ¥13,200 4月11.18.25 定員 66名 5月9.16.23.30 会場 第1体育室 6月6.13.20 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 島岡 智子 他	
3 ヨーガ(星) 日程 水 10:55～11:55 料金 ¥11,880 4月2.9.16.23.30 定員 40名 5月7.14.21.28 会場 第3体育室 6月4.11.18 対象年齢 16歳以上 全12回 講師名 大橋 律子	12 ピラティス 日程 木 11:30～12:30 料金 ¥11,880 4月3.10.17.24 定員 50名 5月1.8.15.22.29 会場 第2体育室 6月5.12.19 対象年齢 16歳以上 全12回 講師名 山本 敦子	25 中高年らくらくトレーニングⅡ 日程 火 10:00～10:50 料金 ¥9,900 4月1.8.15.22 定員 40名 5月13.20.27 会場 第2体育室 6月3.10.17 対象年齢 50歳以上 全10回 講師名 児島 富美子	40 月曜ピククルボールⅠ(大人初心者) 日程 月 09:00～09:50 ※案内② 料金 ¥13,500 4月7.14.28 定員 20名 5月12.26 会場 第1体育室 6月2.9.23.30 対象年齢 16歳以上 全9回 講師名 ラケットスポーツ振興会	45 バドミントン教室B 日程 金 11:00～12:40 料金 ¥13,200 4月11.18.25 定員 33名 5月9.16.23.30 会場 第1体育室 6月6.13.20 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 内藤 奈実 他	
4 ヨーガ(太陽) 日程 木 11:50～12:50 料金 ¥11,880 4月3.10.17.24 定員 40名 5月1.8.15.22.29 会場 第3体育室 6月5.12.19 対象年齢 16歳以上 全12回 講師名 大橋 律子	16 気功・太極拳(火曜) 日程 火 13:10～14:30 料金 ¥9,900 4月1.8.15.22 定員 75名 5月13.20.27 会場 第2体育室 6月3.10.17 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 横浜市太極拳協会	26 中高年らくらくトレーニングⅢ(入門) 日程 火 14:15～15:15 料金 ¥11,000 4月1.8.15.22 定員 30名 5月13.20.27 会場 第3体育室 6月3.10.17 対象年齢 50歳以上 全10回 講師名 児島 富美子	41 月曜ピククルボールⅡ(大人初級) 日程 月 09:55～10:45 ※案内② 料金 ¥13,500 4月7.14.28 定員 20名 5月12.26 会場 第1体育室 6月2.9.23.30 対象年齢 16歳以上 全9回 講師名 ラケットスポーツ振興会	46 バドミントン教室G 日程 火 21:15～22:45 料金 ¥11,880 4月1.8.15.22 定員 66名 5月13 会場 第1体育室 6月3.10.17.24 対象年齢 16歳以上 全9回 講師名 ジャパンスポーツネット	
5 美容系ヨーガ 日程 金 12:55～13:55 料金 ¥9,900 4月11.18.25 定員 50名 5月9.16.23.30 会場 第2体育室 6月6.13.20 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 堤 綾子	17 気功・太極拳(水曜) 日程 水 13:10～14:30 料金 ¥9,900 4月9.16.23 定員 75名 5月7.14.21.28 会場 第2体育室 6月4.11.18 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 横浜市太極拳協会	31 フラダンス教室[オアフ](初級) 日程 火 13:00～14:00 料金 ¥12,100 4月1.8.15.22 定員 30名 5月13.20.27 会場 第3体育室 6月3.10.17 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 宇藤 由美	※案内② 40.41月曜ピククルボール(Ⅰ/Ⅱ) ◆「バドルレンタル」のご案内◆ なしの場合:13,500円 ありの場合:15,750円		47 卓球教室C 日程 水 13:10～14:50 料金 ¥11,880 4月9.16.23.30 定員 84名 5月7.14.21.28 会場 第1体育室 6月4.11.18.25 対象年齢 16歳以上 全12回 講師名 横浜市卓球協会
7 パワーヨーガ 日程 金 13:50～14:50 料金 ¥11,880 4月4.11.18.25 定員 20名 5月2.9.16.23.30 会場 研修室 6月6.13.20 対象年齢 16歳以上 全12回 講師名 大橋 律子	19 背骨コンディショニング 日程 水 09:55～10:40 料金 ¥11,880 4月2.9.16.23 定員 30名 5月7.14.21.28 会場 第3体育室 6月4.11.18.25 対象年齢 16歳以上 全12回 講師名 花田 和子	32 フラダンス教室[マウイ](中級) 日程 火 14:40～15:40 料金 ¥13,200 4月1.8.15.22 定員 40名 5月13.20.27 会場 第2体育室 6月3.10.17 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 宇藤 由美	42 土曜ピククルボールⅠ(大人) 日程 土 11:00～11:50 ※案内③ 料金 ¥13,500 4月5.12.19 定員 20名 5月10.24.31 会場 第1体育室 6月7.21.28 対象年齢 16歳以上 全9回 講師名 ラケットスポーツ振興会	48 卓球教室D 日程 水 15:00～16:40 料金 ¥11,880 4月9.16.23.30 定員 84名 5月7.14.21.28 会場 第1体育室 6月4.11.18.25 対象年齢 16歳以上 全12回 講師名 横浜市卓球協会	
9 クラシックバレエ 日程 金 11:00～12:30 料金 ¥15,840 4月4.11.18.25 定員 20名 5月2.9.16.30 会場 研修室 6月6.13.20.27 対象年齢 16歳以上 全12回 講師名 日和佐 佳那子	21 気軽に脂肪燃焼&ウエストシェイプ 日程 水 09:00～09:45 料金 ¥11,880 4月2.9.16.23 定員 35名 5月7.14.21.28 会場 第3体育室 6月4.11.18.25 対象年齢 16歳以上 全12回 講師名 花田 和子	33 フラダンス教室[アドバンス](上級) 日程 火 15:50～16:50 料金 ¥14,300 4月1.8.15.22 定員 40名 5月13.20.27 会場 第2体育室 6月3.10.17 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 宇藤 由美	43 土曜ピククルボールⅡ(小学1年生以上) 日程 土 11:55～12:45 ※案内③ 料金 ¥13,500 4月5.12.19 定員 20名 5月10.24.31 会場 第1体育室 6月7.21.28 対象年齢 小学1年生以上 全9回 講師名 ラケットスポーツ振興会	49 卓球教室(木曜日) 日程 木 13:10～14:50 料金 ¥11,880 4月10.17.24 定員 42名 5月1.8.15.22.29 会場 第1体育室 6月5.12.19.26 対象年齢 16歳以上 全12回 講師名 横浜市卓球協会	
10 ピラティスプレミアクラス 日程 木 09:00～10:00 料金 ¥14,520 4月3.10.17.24 定員 24名 5月1.8.15.22.29 会場 第3体育室 6月5.12.19 対象年齢 16歳以上 全12回 講師名 山本 敦子	22 やさしいトレーニング 日程 土 10:00～10:50 料金 ¥9,900 4月5.12.19.26 定員 35名 5月17.24.31 会場 第3体育室 6月7.14.21 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 児島 富美子	37 ジャズダンス 日程 金 12:40～13:40 料金 ¥11,880 4月4.11.18.25 定員 20名 5月2.9.16.23.30 会場 研修室 6月6.13.20 対象年齢 16歳以上 全12回 講師名 大橋 律子	※案内③ 42.43土曜ピククルボール(Ⅰ/Ⅱ) ◆「バドルレンタル」のご案内◆ なしの場合:13,500円 ありの場合:15,750円		◆土曜ピククルボールⅠ.Ⅱ ジュニアバドミントンⅡは 5/10 第2体育室開催です。 ◆クラス毎に最小催行人数がござい ます。申込み状況により教室開催中 止となる場合がございます。ご了 承の上お申込みください。 ◆物価高騰に伴い今期より料金 改定になっております。ご理解の程 よろしくお願いたします。

子どもクラス

親子	子供	※対象年齢は2025年4月時点です。	
52 親子体操教室 日程 月 10:40～11:40 料金 ¥7,920 4月7.14.28 定員 20名 5月12.26 会場 第2体育室 6月2.9.23 対象年齢 1歳半～未就園児 全8回 講師名 日下部 陽子	62 子どもバレエ(火) [スワン] 日程 火 16:30～17:20 料金 ¥9,900 4月1.8.15.22 定員 30名 5月20.27 会場 第3体育室 6月3.10.24 対象年齢 小学1年～6年生 全9回 講師名 日和佐 佳那子	81 ジュニア卓球クラブ 日程 土 09:00～10:30 料金 ¥7,920 4月5.12.19 定員 45名 5月24.31 会場 第1体育室 6月7.21.28 対象年齢 小学4年～中学生 全8回 講師名 千原 淑子.他	
53 親子リトミック教室 日程 金 10:00～10:50 料金 ¥8,910 4月18.25 定員 15名 5月9.16.23.30 会場 第3体育室 6月6.20.27 対象年齢 1歳半～未就園児 全9回 講師名 矢野、五十嵐	67 チアダンス 日程 月 17:00～17:50 料金 ¥10,560 4月7.14.28 定員 30名 5月12.26 会場 第3体育室 6月2.9.23 対象年齢 小学1年～4年生 全8回 講師名 レアコーポレーション	82 元Vリーグ選手によるジュニアバレーボール 日程 水 17:15～18:30 料金 ¥19,800 4月9.16.23.30 定員 12名 5月7.14.21.28 会場 第1体育室 6月4.11.18.25 対象年齢 小学3年～6年生 全12回 講師名 株式会社 エール 小谷 弘美	
54 幼児体操教室[コアラ] 日程 水 15:00～16:00 料金 ¥9,900 4月16.23.30 定員 24名 5月7.14.21.28 会場 第2体育室 6月4.11.18 対象年齢 幼稚園年少～年中 全10回 講師名 榎本、宮原	71 キッズダンス[金](入門) 日程 金 17:00～17:50 料金 ¥9,900 4月4.11.18.25 定員 35名 5月9.16.23 会場 第3体育室 6月6.13.20 対象年齢 幼稚園年長～6年生 全10回 講師名 ARTSTYLE ENTERTAINMEN	83 横浜ビー・コルセアーズバスケットボール教室Ⅰ 日程 金 17:05～17:55 料金 ¥21,450 4月4.11.18.25 定員 35名 5月2.9.16.23.30 会場 第2体育室 6月6.13.20.27 対象年齢 小学1年～3年生 全13回 講師名 横浜ビー・コルセアーズ	
55 幼児体操教室[パンダ] 日程 水 16:10～17:10 料金 ¥9,900 4月16.23.30 定員 24名 5月7.14.21.28 会場 第2体育室 6月4.11.18 対象年齢 幼稚園年中～年長 全10回 講師名 宮原、榎本	72 キッズダンス[金](初中級) 日程 金 18:00～18:50 料金 ¥9,900 4月4.11.18.25 定員 35名 5月9.16.23 会場 第3体育室 6月6.13.20 対象年齢 小学1年～6年生 全10回 講師名 ARTSTYLE ENTERTAINMEN	84 横浜ビー・コルセアーズバスケットボール教室Ⅱ 日程 金 18:00～18:50 料金 ¥21,450 4月4.11.18.25 定員 35名 5月2.9.16.23.30 会場 第2体育室 6月6.13.20.27 対象年齢 小学4年～6年生 全13回 講師名 横浜ビー・コルセアーズ	
56 子ども体操教室 日程 水 17:20～18:20 料金 ¥12,100 4月16.23.30 定員 15名 5月7.14.21.28 会場 第2体育室 6月4.11.18 対象年齢 小学1年～4年生 全10回 講師名 平野、榎本	73 キッズダンス[土](初級) 日程 土 09:00～09:50 料金 ¥9,900 4月5.12.19.26 定員 35名 5月17.24.31 会場 第3体育室 6月7.21.28 対象年齢 小学1年～6年生 全10回 講師名 ARTSTYLE ENTERTAINMEN	85 はじめてキッズフットサル教室 日程 火 17:10～18:40 料金 ¥11,000 4月8.15.22 定員 15名 5月13.20.27 会場 第1体育室 6月3.10.17.24 対象年齢 小学2年～小学4年 全10回 講師名 岩永 春空	
58 子ども空手教室 日程 木 18:00～18:50 料金 ¥15,840 4月3.10.17.24 定員 15名 5月8.15.22.29 会場 研修室 6月5.12.19.26 対象年齢 年中～中学生 全12回 講師名 Cotaru(コタル)	78 ジュニアバドミントンクラブⅠ 日程 火 17:10～18:40 料金 ¥12,100 4月8.15.22 定員 33名 5月13.20.27 会場 第1体育室 6月3.10.17.24 対象年齢 小学1年～6年生 全10回 講師名 鈴木 紀子.他	86 総合型キッズスポーツ教室Ⅰ 日程 木 15:30～16:20 ※案内① 料金 ¥19,800 4月10.17.24 定員 20名 5月8.15.22 会場 第1体育室 6月5.12.19 対象年齢 幼稚園年少～年中 全9回 講師名 biima sports	
61 子どもバレエ(火) [キュービット] 日程 火 15:30～16:20 料金 ¥9,900 4月1.8.15.22 定員 30名 5月20.27 会場 第3体育室 6月3.10.24 対象年齢 幼稚園年少～年長 全9回 講師名 日和佐 佳那子	79 ジュニアバドミントンクラブⅡ 日程 土 09:00～10:30 料金 ¥10,890 4月5.12.19 定員 33名 5月10.24.31 会場 第1体育室 6月7.21.28 対象年齢 小学4年～中学生 全9回 講師名 鈴木 紀子.他	87 総合型キッズスポーツ教室Ⅱ 日程 木 16:30～17:20 ※案内① 料金 ¥19,800 4月10.17.24 定員 20名 5月8.15.22 会場 第1体育室 6月5.12.19 対象年齢 幼稚園年長～3年生 全9回 講師名 biima sports	

※案内① **総合型キッズスポーツ1期の競技4月:野球、5月・6月:サッカーの予定です。**