

大人クラス

子どもクラス

ヨガ・調整系		健康づくり		ダンス		競技系		親子		子ども		※対象年齢は2026年4月時点です。					
2	ビギナーヨーガ	12	ピラティス	26	中高年らくらくトレーニングⅢ(入門)	40	月曜ピックルボール(初級)	27	火曜ピックルボール(初級)	42	土曜ピックルボール(初中級)	58	子ども空手教室	79	土曜 ジュニアバドミントンクラブⅡ		
日程 火 11:00~11:50 料金 ¥10,890 4月7.14.21.28 定員 25名 5月12.19.26 会場 研修室 6月2.9.16.23 対象年齢 16歳以上 全11回 講師名 石丸 あかね		日程 木 11:30~12:30 料金 ¥13,200 4月2.9.16.23.30 定員 50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12回 講師名 山本 敦子	日程 火 14:15~15:15 料金 ¥12,100 4月7.14.21.28 定員 30名 5月12.19.26 会場 第3体育室 6月2.9.16.23 対象年齢 50歳以上 全11回 講師名 児島 富美子	日程 月 09:00~09:50 料金 ¥13,500 4月6.13.27 定員 35名 5月11.25 会場 第1体育室 6月1.8.22.29 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	日程 火 9:00~10:20 料金 ¥24,000 4月7.28 定員 24名 5月12.19.26 会場 第1体育室 6月2.9.16.23.30 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 ラケットスポーツ振興会	日程 土 11:00~11:50 料金 ¥15,000 4月4.11.18 定員 24名 5月2.16.23.30 会場 第1体育室 6月6.20.27 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 ラケットスポーツ振興会	日程 木 18:00~18:50 料金 ¥15,840 4月2.9.16.23 定員 15名 5月7.14.21.28 会場 研修室 6月4.11.18.25 対象年齢 年中～中学生 全12回 講師名 井上 陽子	日程 土 09:00~10:30 料金 ¥12,100 4月4.11.18 定員 33名 5月2.16.23.30 会場 第1体育室 6月6.20.27 対象年齢 小学4年～中学生 全10回 講師名 鈴木 紀子.他									
3	ヨーガ(星)	16	気功・太極拳(火曜)	31	フラダンス教室[オアフ](初級)	41	月曜ピックルボール(初中級)	28	火曜ピックルボール(初中級)	43	土曜ピックルボール(初級)	61	子どもバレエ[キューピット]	81	ジュニア卓球クラブ		
日程 水 10:55~11:55 料金 ¥10,890 4月1.8.15.22 定員 40名 5月13.20.27 会場 第3体育室 6月3.10.17.24 対象年齢 16歳以上 全11回 講師名 大橋 律子		日程 火 13:10~14:30 料金 ¥9,900 4月14.21.28 定員 75名 5月12.19.26 会場 第2体育室 6月2.9.16.23 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 横浜市太極拳協会	日程 火 13:00~14:00 料金 ¥13,310 4月7.14.21.28 定員 30名 5月12.19.26 会場 第3体育室 6月2.9.16.23 対象年齢 16歳以上 全11回 講師名 宇藤 由美	日程 月 09:55~10:45 料金 ¥13,500 4月6.13.27 定員 35名 5月11.25 会場 第1体育室 6月1.8.22.29 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	日程 火 10:40~12:00 料金 ¥24,000 4月7.28 定員 24名 5月12.19.26 会場 第1体育室 6月2.9.16.23.30 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 ラケットスポーツ振興会	日程 土 11:55~12:45 料金 ¥15,000 4月4.11.18 定員 30名 5月12.19.26 会場 第1体育室 6月6.20.27 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 ラケットスポーツ振興会	日程 火 15:30~16:20 料金 ¥13,200 4月7.14.21.28 定員 45名 5月2.16.23.30 会場 第3体育室 6月2.9.16.23.30 対象年齢 幼稚園年中～年長 全12回 講師名 日和佐 佳那子	日程 土 09:00~10:30 料金 ¥9,900 4月4.11.18 定員 45名 5月2.16.23.30 会場 第1体育室 6月6.20.27 対象年齢 小学4年～中学生 全10回 講師名 千原 淑子.他									
4	ヨーガ(太陽)	17	気功・太極拳(水曜)	32	フラダンス教室[マウイ](中級)	【ピックルボール教室のご案内】※お申し込み前にご確認ください ◆火曜日に80分クラスを導入しました。 ◆クラス編成は初級と初中級に変更しております。 初級クラス はピックルボールがはじめての方、少し慣れてきた方、対象です。 初中級クラス は別紙「レベルの目安」をご確認の上、お申し込みください。 ※講師の判断でクラスの変更をお願いさせて頂く場合もございます。						52	親子体操教室	62	子どもバレエ[スワン]	82	元Vリーグ選手による ジュニアバレーボール
日程 木 11:50~12:50 料金 ¥11,880 4月2.9.16.23 定員 40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 大橋 律子		日程 水 13:10~14:30 料金 ¥9,900 4月8.15.22 定員 75名 5月13.20.27 会場 第2体育室 6月3.10.17.24 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 横浜市太極拳協会	日程 火 14:40~15:40 料金 ¥14,520 4月7.14.21.28 定員 40名 5月12.19.26 会場 第2体育室 6月2.9.16.23 対象年齢 16歳以上 全11回 講師名 宇藤 由美	日程 月 10:40~11:40 料金 ¥8,910 4月6.13.27 定員 20名 5月11.25 会場 第2体育室 6月1.8.22.29 対象年齢 1歳半～未就園児 全9回 講師名 日下部 陽子	日程 月 10:40~11:40 料金 ¥13,200 4月7.14.21.28 定員 30名 5月12.19.26 会場 第3体育室 6月2.9.16.23.30 対象年齢 小学1年～6年生 全12回 講師名 日和佐 佳那子	日程 水 17:15～18:30 料金 ¥18,150 4月1.8.15.22 定員 12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3年～6年生 全11回 講師名 株式会社 エール 小谷 弘美											
5	美容系ヨーガ	21	気軽に脂肪燃焼&ウエストシェイプ	33	フラダンス教室[アドバンス](上級)	47	卓球教室C	44	バドミントン教室A	53	親子リトミック教室	67	チアダンス	83	金曜 横浜ビー・コルセアーズ バスケットボール教室I		
日程 金 12:55~13:55 料金 ¥9,900 4月3.10.17.24 定員 50名 5月8.15.29 会場 第2体育室 6月5.19.26 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 堤 綾子		日程 水 09:00~09:45 料金 ¥10,890 4月1.8.15.22 定員 35名 5月13.20.27 会場 第3体育室 6月3.10.17.24 対象年齢 16歳以上 全11回 講師名 花田 和子	日程 火 15:50~16:50 料金 ¥15,730 4月7.14.21.28 定員 40名 5月12.19.26 会場 第2体育室 6月2.9.16.23 対象年齢 16歳以上 全11回 講師名 宇藤 由美	日程 水 13:10~14:50 料金 ¥10,890 4月1.8.15.22 定員 84名 5月13.20.27 会場 第1体育室 6月3.10.17.24 対象年齢 16歳以上 全11回 講師名 横浜市卓球協会	日程 金 09:00~10:40 料金 ¥14,520 4月3.10.17.24 定員 66名 5月1.15.22.29 会場 第1体育室 6月5.12.19 対象年齢 16歳以上 全11回 講師名 島岡 智子 他	日程 金 10:00~10:50 料金 ¥9,900 4月10.17.24 定員 15名 5月8.15.22.29 会場 第3体育室 6月5.12.19 対象年齢 1歳～未就園児 全10回 講師名 矢野、五十嵐	日程 月 17:00～17:50 料金 ¥11,880 4月6.13.27 定員 30名 5月11.25 会場 第3体育室 6月1.8.22.29 対象年齢 小学1年～4年生 全9回 講師名 レアコーポレーション	日程 金 17:05～17:55 料金 ¥18,150 4月10.17.24 定員 35名 5月1.8.15.22.29 会場 第2体育室 6月5.12.19 対象年齢 小学1年～3年生 全11回 講師名 横浜ビー・コルセアーズ									
7	パワーヨーガ	22	やさしいトレーニング	37	ジャズダンス	48	卓球教室D	45	バドミントン教室B	54	幼稚体操教室[コアラ]	71	キッズダンス(入門/初級)	84	金曜 横浜ビー・コルセアーズ バスケットボール教室II		
日程 金 13:50~14:50 料金 ¥10,890 4月3.10.17.24 定員 20名 5月1.15.22.29 会場 研修室 6月5.12.19 対象年齢 16歳以上 全11回 講師名 大橋 律子		日程 土 10:00~10:50 料金 ¥10,890 4月4.11.18.25 定員 35名 5月2.16.23.30 会場 第3体育室 6月6.13.20 対象年齢 16歳以上 全11回 講師名 児島 富美子	日程 金 12:40~13:40 料金 ¥10,890 4月3.10.17.24 定員 20名 5月1.15.22.29 会場 研修室 6月5.12.19 対象年齢 16歳以上 全11回 講師名 大橋 律子	日程 水 15:00~16:40 料金 ¥10,890 4月1.8.15.22 定員 84名 5月13.20.27 会場 第1体育室 6月3.10.17.24 対象年齢 16歳以上 全11回 講師名 横浜市卓球協会	日程 金 11:00~12:40 料金 ¥14,520 4月3.10.17.24 定員 33名 5月1.15.22.29 会場 第1体育室 6月5.12.19 対象年齢 16歳以上 全11回 講師名 内藤 奈実 他	日程 水 15:00~16:00 料金 ¥9,900 4月10.17.24 定員 24名 5月13.20.27 会場 第2体育室 6月3.10.17.24 対象年齢 幼稚園年少～年中 全10回 講師名 榎本、宮原	日程 金 17:00～17:50 料金 ¥11,000 4月10.17.24 定員 35名 5月1.15.22.29 会場 第3体育室 6月5.12.19 対象年齢 小学1年～6年生 全10回 講師名 Asami	日程 金 18:00～18:50 料金 ¥18,150 4月10.17.24 定員 35名 5月1.8.15.22.29 会場 第2体育室 6月5.12.19 対象年齢 小学4年～6年生 全11回 講師名 横浜ビー・コルセアーズ									
10	ピラティスプレミアクラス	24	中高年らくらくトレーニングI	38	基本のバレエ	49	卓球教室(木曜日)	46	バドミントン教室G	55	幼稚体操教室[パンダ]	72	キッズダンス(初中級)	88	火曜 横浜ビー・コルセアーズ バスケットボール教室III		
日程 木 09:00~10:00 料金 ¥14,520 4月2.9.16.23.30 定員 24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 山本 敦子		日程 月 11:00~11:50 料金 ¥8,910 4月6.13.27 定員 30名 5月11.25 会場 第3体育室 6月1.8.22.29 対象年齢 50歳以上 全9回 講師名 児島 富美子	日程 木 9:10~10:40 料金 ¥17,160 4月2.9.16.23 定員 20名 5月7.14.21.28 会場 研修室 6月4.11.18.25 対象年齢 16歳以上 全12回 講師名 佐藤 百恵	日程 木 13:10~14:50 料金 ¥11,880 4月2.9.16.23 定員 42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	日程 火 21:15~22:45 料金 ¥13,200 4月7.14.21.28 定員 66名 5月12.19.26 会場 第1体育室 6月2.9.16 対象年齢 16歳以上 全10回 講師名 ジャパンスポーツネット	日程 水 16:10~17:10 料金 ¥9,900 4月8.15.22 定員 24名 5月13.20.27 会場 第2体育室 6月3.10.17.24 対象年齢 幼稚園年少～年中 全10回 講師名 宮原、榎本	日程 金 18:00～18:50 料金 ¥11,000 4月10.17.24 定員 35名 5月1.15.22.29 会場 第3体育室 6月5.12.19 対象年齢 小学1年～6年生 全10回 講師名 Asami	日程 金 17:05～17:55 料金 ¥18,150 4月10.17.24 定員 35名 5月1.8.15.22.29 会場 第2体育室 6月5.12.19 対象年齢 小学1年～3年生 全11回 講師名 横浜ビー・コルセアーズ									
11	ボールで美姿勢 (ピラティス骨盤エクササイズ)	25	中高年らくらくトレーニングII	39	クラシックバレエ			50	バドミントンGE	56	子ども体操教室	78	火曜 ジュニアバドミントンクラブI	89	火曜 横浜ビー・コルセアーズ バスケットボール教室IV		
日程 木 10:20~11:20 料金 ¥13,200 4月2.9.16.23.30 定員 25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12回 講師名 山本 敦子		日程 火 10:00~10:50 料金 ¥10,890 4月7.14.21.28 定員 45名 5月12.19.26 会場 研修室 6月2.9.16.23 対象年齢 50歳以上 全11回 講師名 日和佐 佳那子	日程 金 11:00~12:30 料金 ¥15,840 4月3.10.17.24 定員 20名 5月1.15.22.29 会場 研修室 6月5.12.19.26 対象年齢 16歳以上 全12回 講師名 日和佐 佳那子	日程 月 21:15~22:45 料金 ¥11,880 4月6.13.27 定員 42名 5月11.25 会場 第1体育室 6月1.8.22.29 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													