



運動で始まる

各種教室体験会実施中

総合キッズスポーツは右記・その他運動教室は裏面をチェック!

イキイキな毎日

10月
開校

奈良県 **biimaSports** 初導入!
総合型キッズスポーツ教室



最新のスポーツ科学と幼児教育学を融合した3歳~12歳の、
まだ専門的にスポーツを始める前の子どもを対象とした新しい教室です。
1年間で7種目以上のスポーツを実施します。

① 総合スポーツ教育プログラム 1年間で7種目以上のスポーツを実施



② 非認知能力開発プログラム

1つのミッションを仲間と
話し合いながらチームで
課題解決するプログラム

ひらがなでクリエイティブシンキング チームで計算、算数リレー

絵を伝える伝言リレー
戦略設計スキルを開発、タッチラグビー

特別無料体験会

日程 9/20 [土]・27 [土]

	対象	時間	定員
1	年少・年中	14:30~15:20	12名
2	年長~小3	15:30~16:20	10名

※表示価格はすべて税込価格となります。

大和郡山市

九条スポーツセンター

〒639-1001 大和郡山市九条町11-1(九条公園内)

[営業時間]月・水~日曜日・祝日9:00~21:00 [休館日]毎週火曜日/年末年始

☎0743-52-1245

ホームページから情報をチェック!

九条スポーツセンター

検索



<https://information.konamisportsclub.jp/trust/kujo/>

市民の健康運動の振興と連帯感の育成を図り、市民の心身の健全な発達とふれあい豊かな地域社会づくりに寄与するため、大和郡山市九条公園施設を設置する。



アクセス良好!
無料駐車場
300台以上
完備!



だから納得! **おすすめポイント!** **入会金不要** **登録事務手数料不要** **指定用品なし** **1ヶ月あたりの料金が安い!** **2ヶ月完結教室だから続く**

まずは体験で安心スタート! 各種教室体験会実施中!

9月 半額! 通常1,500円(税込)/1回 **750円(税込)**
10月 1ヶ月体験 通常2ヶ月(8回)教室を1ヶ月だけ体験可能

※子ども水泳教室D+クラス・Jr.ダンス教室入門・定員の教室は体験いただけません。
 ※お電話にてご確認くださいませ。

子ども水泳教室

2ヶ月8回教室



クラス	対象	曜日・対象	内容	料金(税込)
ベビースイミング	6ヶ月～3歳のお子さまとその保護者様	月 10:10～11:10	水の抵抗を利用した運動で基本的な発育・発達をサポートします。	2ヶ月(8回) 9,000円 ※1ヶ月あたりわずか4,500円
リトルスイミング	2歳～4歳	金 14:30～15:30	コナミスポーツクラブの進級システムに準じた指導を行います。2ヶ月に1回、授業の中で進級テストを実施し、お子さまの進捗度合を「ほめる形」で評価し指導します。	2ヶ月(8回) 10,000円 ※1ヶ月あたりわずか5,000円
Bクラス	3歳6ヶ月～小学2年生	月・水・木 15:30～16:45 土 9:15～10:30		
Cクラス	3歳6ヶ月～小学生	月・水・木 16:30～17:45 土 10:15～11:30/11:15～12:30		
Dクラス	5歳～中学生 17歳(土13歳)以上	月・水・木 17:30～18:45 土 12:15～13:30	※5歳までのクラスとなります。	
D+クラス	4歳～ベストスイマー	月・水・木 17:30～18:45 土 12:15～13:30	4泳法習得された方のクラスとなります。	

子ども向け教室

2ヶ月8回教室
 料金 2ヶ月(8回) 10,000円
 ※1ヶ月あたりわずか5,000円

子ども体操教室

マット運動、跳び箱、鉄棒など運動能力向上に適した教室です。学校体育に準ずるカリキュラムです。
 曜日 金 15:30～16:20 4歳～
 金 16:30～17:25 年長～
 17:35～18:35 小・中学生

キッズダンス

HIPHOPの基本を中心に色々なステップコンビネーションを覚え音楽に合わせて踊ります。
 曜日 月 時間 15:10～16:00
 対象 年少～年長

子どもバレエ教室

年長～小学生を対象にバレエを通して基礎体力向上を目指すクラスです。
 曜日 水 時間 15:10～16:10
 16:20～17:20
 対象 年長～小学6年生

空手教室

基礎稽古を中心とし、技術のみならず、礼儀も指導します。
 曜日 土 対象 4歳～大人
 時間 入門・初級 16:45～17:45
 中・上級 18:00～19:00

大人プール教室

対象 16歳以上
 2ヶ月8回教室



アクアウォーキング

水の浮力・抵抗を利用して水中歩行運動を行います。歩行運動を行い、筋力UP運動不足解消を促します。
 曜日 月・水 13:00～14:00
 金 11:20～12:20
 料金 2ヶ月(8回) 7,700円
 ※1ヶ月あたりわずか3,850円

アクアピクス

水の浮力・抵抗を利用して有酸素運動を行い、膝・腰に負担をかけないで脂肪燃焼・筋力UPを行います。
 曜日 月 11:30～12:30 水 10:10～11:10
 木 10:00～11:00
 料金 2ヶ月(8回) 10,000円
 ※1ヶ月あたりわずか5,000円

かんたんアクア

初心者向けのアクアピクス入門クラスです。膝・腰に負担をかけずに有酸素運動を行います。
 曜日・時間 金 13:00～14:00
 料金 2ヶ月(8回) 10,000円
 ※1ヶ月あたりわずか5,000円

大人水泳教室 初級・中級

初級クラスは、水に浮くことから始め、クロール・背泳ぎの習得を目指します。中級クラスは平泳ぎ・バタフライの習得を目指します。
 曜日 水 初級・中級 木 初級・中級 金 初級
 時間 11:20～12:20 19:00～20:00 10:10～11:10
 料金 2ヶ月(8回) 10,000円

大人スタジオ教室

対象 16歳以上
 2ヶ月8回教室



肩こり腰痛ケア体操

筋力トレーニングとストレッチで筋力の強化と柔軟性を向上させ、肩こり・腰痛を緩和していきます。
 曜日 月・木 10:00～11:00
 水 11:15～12:15
 料金 2ヶ月(8回) 7,700円
 ※1ヶ月あたりわずか3,850円

ヨガ教室

ゆっくりとポーズをとりながらココロとカラダをほぐします。
 曜日 月 19:10～20:10
 水・金・土 10:00～11:00
 木 11:30～12:30
 料金 2ヶ月(8回) 10,000円
 ※1ヶ月あたりわずか5,000円

はじめてのピラティス教室

脚をしっかり膨らませて深い呼吸をしながらコア(身体の中心)を鍛えます。
 曜日・時間 月・金 11:15～12:15
 料金 2ヶ月(8回) 10,000円
 ※1ヶ月あたりわずか5,000円

はじめてJAZZダンス

ヨガやバレエの動きも取り入れ、踊るための体づくりをします。
 曜日・時間 水 13:30～14:30
 料金 2ヶ月(8回) 10,000円
 ※1ヶ月あたりわずか5,000円

ひきしめヨガ

ヨガベルトを使用して、筋膜を柔らかくし日常生活で歪んだ体を整えてきます。
 曜日・時間 水 19:00～20:00
 料金 2ヶ月(8回) 10,000円
 ※1ヶ月あたりわずか5,000円

衰えない体づくり体操

マットの上で体の凝りをほぐしたり筋肉を脱力させ、体の不調を取り除くプログラムです。
 曜日・時間 木 13:00～14:00
 料金 2ヶ月(8回) 10,000円
 ※1ヶ月あたりわずか5,000円

楽トレ

リンパと血の巡りを良くし、深い呼吸で代謝を高め、体軸を整え全身の歪みをリセットします。
 曜日・時間 金 9:30～10:30
 料金 2ヶ月(8回) 10,000円
 ※1ヶ月あたりわずか5,000円

ZUMBA教室

ラテンの音楽にあわせて踊るダンスフィットネスプログラムです。
 曜日・時間 月 15:00～16:00
 料金 2ヶ月(8回) 10,000円
 ※1ヶ月あたりわずか5,000円

ダンスエアロ

エアロビクスにダンスの動きを取り入れた、有酸素運動です。楽しみながら脂肪燃焼効果を得ます。
 曜日・時間 金 19:15～20:15
 料金 2ヶ月(8回) 10,000円
 ※1ヶ月あたりわずか5,000円

マシントレーニング教室

マシントレーニングが初めての方でも安心!インストラクターが丁寧にサポートします。
 曜日・時間 月・水・金 13:00～14:00
 料金 2ヶ月(8回) 7,700円
 ※1ヶ月あたりわずか3,850円

ボディバランス / ボディバランス30(都度参加教室)

ヨガ・太極拳・ピラティスをベースに、ストレッチング、トレーニングを組み合わせ、音楽にのせて行うエクササイズです。ストレスを和らげ、身体機能、柔軟性、バランス力の向上を目指します。
 ボディバランス 曜日・時間 月 13:30～14:30
 料金 2ヶ月(8回) 10,000円
 ※1ヶ月あたりわずか5,000円
 ボディバランス30 曜日・時間 土 9:20～9:50
 料金 1回 750円

卓球教室

基礎から卓球を学べるので初心者の方でも安心!レベルに合わせて指導いたします。
 曜日 水 12:30～14:30
 14:45～16:45
 木 9:30～11:30
 料金 2ヶ月(8回) 7,700円
 ※1ヶ月あたりわずか3,850円

施設利用

予約が安心!
 空きがあれば当日でもご利用OK!!



●奈良電子自治体共同運営システム(奈良市・奈良県)で、施設の空き状況の照会・仮予約(利用日の10日前まで)・抽選申込がインターネットで可能です。
 ※当選後、お手続きで予約完了!

※毎月第1営業日に3ヶ月先の1ヶ月分の抽選システム(奈良市・奈良県)内で行います。抽選日前月の10日から25日に抽選申込(エントリー)を受け付けます。グラウンド早朝・夜間・スタジオは、毎月10日に3ヶ月先の1ヶ月分の抽選をフロントにて行います。※システムのご利用には、事前に利用者登録が必要です。(利用者登録はフロントにて受付しております)他施設で利用者登録がお済みの方は、再度ご登録の必要はございません。2026年1月度より、奈良スーパーアプリに移行いたします。

●お電話による各種受付はできません。空き状況は、お問い合わせください。

都度利用

温水プール

区分	大人(個人)	小人(個人)
普通利用料		
4月1日～6月30日	9時～20時30分 620円	310円
9月1日～3月31日		※3歳以下無料

トレーニングコーナー

大人(高校生以上の方)	
9時～21時	520円

※お子様連れでのご利用は安全の為、ご遠慮ください。

※上記時間には、ロッカールの利用時間を含みます。※小人…4歳以上中学生以下の方となります。※スイムキャップが必要です。(レンタルなし) ※おむつの取れていないお子様はご利用いただけません。※130cm未満の小人の方は18歳以上の付添いが必要です。(付添いの方も利用券が必要です。) ※障がい者の方は無料です(プール・トレーニング)。フロントに障害者手帳をご提示ください。なおお介助が必要な方は、介助者最大2名(大人の方に限る)まで無料となります。※レンタルシューズは1足:300円(税込)でご用意しております。

共通利用

プールとトレーニング	9時～21時 利用料
大人(高校生以上の方)	940円

※共通券は、プールとトレーニングコーナーを、当日限り1回ご利用いただけます。

回数券 11枚綴りでお得!

	プール	トレーニング	共通利用
大人	6,280円	5,230円	9,420円
小人	3,140円		

※プールのご入場は20時まで、ご利用は20時30分までとなります。※小人…4歳以上中学生以下の方となります。

定期券 購入日から1ヶ月使い放題!

	プール	トレーニング	共通利用
大人	5,020円	4,190円	6,600円
小人	2,510円		

※表示価格は全て税込価格となります。