

夏

2025年度 第2期定期教室

【2025年7月～9月】横浜市青葉スポーツセンター TEL045-974-4225

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

ビギナーヨーガ

日程 火 11:00～11:50

料金 ¥9,900 7月1.8.15.29

定員 25 名 8月5.12.19.26

会場 研修室 9月2.9

対象年齢 16歳以上 全 10 回

講師名 石丸 あかね

12

ピラティス

日程 木 11:30～12:30

料金 ¥11,880 7月3.10.17.24.31

定員 50 名 8月7.14.21.28

会場 第2体育室 9月4.11.18

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 7月1.8.15.29

定員 40 名 8月5.19.26

会場 第2体育室 9月2.9.30

対象年齢 50歳以上 全 10 回

講師名 児島 富美子

39

クラシックバレエ

日程 金 11:00～12:30

料金 ¥17,160 7月4.11.18.25

定員 20 名 8月1.8.15.22.29

会場 研修室 9月5.12.19.26

対象年齢 16歳以上 全 13 回

講師名 日和佐 佳那子

44

バドミントン教室A

日程 金 09:00～10:40

料金 ¥13,200 7月4.11.18

定員 66 名 8月1.8.22.29

会場 第1体育室 9月5.12.19

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 7月2.9.16.23.30

定員 40 名 8月6.20.27

会場 第3体育室 9月3.10.17.24

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 7月1.8.15.29

定員 75 名 8月5.19.26

会場 第2体育室 9月2.9.30

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 7月1.8.15.29

定員 30 名 8月5.19.26

会場 第3体育室 9月2.9.30

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(初心者)

日程 月 09:00～09:50

料金 ¥12,000 7月7.14.28

定員 20 名 8月25

会場 第1体育室 9月1.8.22.29

対象年齢 16歳以上 全 8 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 7月4.11.18

定員 33 名 8月1.8.22.29

会場 第1体育室 9月5.12.19

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 7月3.10.17.24.31

定員 40 名 8月7.21.28

会場 第3体育室 9月4.11.18.25

対象年齢 16歳以上 全 12 回

講師名 大橋 律子

17

気功・太極拳（水曜）

日程 水 13:10～14:30

料金 ¥9,900 7月2.9.16.30

定員 75 名 8月6.20.27

会場 第2体育室 9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

31

フラダンス教室[オアフ]（初級）

日程 火 13:00～14:00

料金 ¥12,100 7月1.8.15.29

定員 30 名 8月5.19.26

会場 第3体育室 9月2.9.30

対象年齢 16歳以上 全 10 回

講師名 宇藤 由美

41

月曜ピククルボールⅡ（初級）

日程 月 09:55～10:45

料金 ¥12,000 7月7.14.28

定員 20 名 8月25

会場 第1体育室 9月1.8.22.29

対象年齢 16歳以上 全 8 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 ¥13,200 7月1.8.15.29

定員 66 名 8月5.12.19.26

会場 第1体育室 9月2.30

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

5

美容系ヨーガ

日程 金 12:55～13:55

料金 ¥9,900 7月4.11.18.25

定員 50 名 8月22.29

会場 第2体育室 9月5.12.19.26

対象年齢 16歳以上 全 10 回

講師名 堤 綾子

19

背骨コンディショニング

日程 水 09:55～10:40

料金 ¥11,880 7月2.9.16.23.30

定員 30 名 8月6.20.27

会場 第3体育室 9月3.10.17.24

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 7月1.8.15.29

定員 40 名 8月5.19.26

会場 第2体育室 9月2.9.30

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(初級)

日程 土 11:00～11:50

料金 ¥10,500 7月5.19.26

定員 20 名 8月16.23

会場 第1体育室 9月13.20.27

対象年齢 16歳以上 全 7 回

講師名 ラケットスポーツ振興会

50

バドミントンGE

日程 月 21:15～22:45

料金 ¥9,680 7月7.14.28

定員 42 名 8月4.25

会場 第1体育室 9月1.22.29

対象年齢 16歳以上 全 8 回

講師名 ジャパンスポーツネット

7

パワーヨーガ

日程 金 13:50～14:50

料金 ¥11,880 7月4.11.18.25

定員 20 名 8月1.8.22.29

会場 研修室 9月5.12.19.26

対象年齢 16歳以上 全 12 回

講師名 大橋 律子

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 7月2.9.16.23.30

定員 35 名 8月6.20.27

会場 第3体育室 9月3.10.17.24

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 7月1.8.15.29

定員 40 名 8月5.19.26

会場 第2体育室 9月2.9.30

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1～大人初心者)

日程 土 11:55～12:45

料金 ¥10,500 7月5.19.26

定員 20 名 8月16.23

会場 第1体育室 9月13.20.27

対象年齢 小学1年生以上 全 7 回

講師名 ラケットスポーツ振興会

47

卓球教室C

日程 水 13:10～14:50

料金 ¥11,880 7月2.9.16.23.30

定員 84 名 8月6.20.27

会場 第1体育室 9月3.10.17.24

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 7月3.10.17.24.31

定員 24 名 8月7.14.21.28

会場 第3体育室 9月4.11.18

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 7月5.12.19.26

定員 35 名 8月9.23.30

会場 第3体育室 9月6.13.20.27

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 7月4.11.18.25

定員 20 名 8月1.8.22.29

会場 研修室 9月5.12.19.26

対象年齢 16歳以上 全 12 回

講師名 大橋 律子

48

卓球教室D

日程 水 15:00～16:40

料金 ¥11,880 7月2.9.16.23.30

定員 84 名 8月6.20.27

会場 第1体育室 9月3.10.17.24

対象年齢 16歳以上 全 12 回

講師名 横浜市卓球協会

11

ボールで美姿勢
(ピラティス骨盤エクササイズ)

日程 木 10:20～11:20

料金 ¥13,200 7月3.10.17.24.31

定員 27 名 8月7.14.21.28

会場 第2体育室 9月4.11.18

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 7月7.14.28

定員 30 名 8月25

会場 第3体育室 9月1.8.22.29

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 9:10～10:40

料金 ¥17,160 7月3.10.17.24.31

定員 20 名 8月7.21.28

会場 研修室 9月4.11.18.25

対象年齢 16歳以上 全 12 回

講師名 佐藤 百恵

49

卓球教室(木曜日)

日程 木 13:10～14:50

料金 ¥11,880 7月3.10.17.24.31

定員 42 名 8月7.21.28

会場 第1体育室 9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

★☆ご案内★☆

◆「バドルレンタル」のご案内

上記枠内に記載の料金は「バドルレンタル」なしの料金です。
・40.41月曜ピククルボール(I/Ⅱ)
レンタルありの場合:14,000円
・42.43土曜ピククルボール(I/Ⅱ)
レンタルありの場合:12,250円

◆教室日程変更のご案内

参議院選挙開催(7月)に伴い、月曜日・土曜日のクラスの教室日程が変更になる場合がございます。土曜日は7/19、7/26のどちらかが休講となる為、料金は記載の開催日数よりより1回分少ない料金を記載しております。※太枠が該当のクラスです。

子どもクラス

親子

子ども

※対象年齢は2025年7月時点です。

52

親子体操教室

日程 月 10:40～11:40

料金 ¥6,930 7月7.14.28

定員 20 名 8月25

会場 第2体育室 9月1.22.29

対象年齢 1歳半～未就園児 全 7 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 ¥12,100 7月1.8.15.29

定員 30 名 8月5.12.19.26

会場 第3体育室 9月2.9.30

対象年齢 小学1年～6年生 全 11 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 7月5.19.26

定員 45 名 8月9.16.23

会場 第1体育室 9月13.20.27

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 ¥9,900 7月4.11.18.25

定員 15 名 8月1.29

会場 第3体育室 9月5.12.19.26

対象年齢 1歳半～未就園児 全 10 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 7月7.14.28

定員 30 名 8月4.25

会場 第3体育室 9月1.8.22

対象年齢 小学1年～4年生 全 8 回

講師名 レアコーボレーション

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 7月2.9.16.23.30

定員 12 名 8月13.20.27

会場 第1体育室 9月3.10.17.24

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 7月2.9.16.23.30

定員 24 名 8月6.27

会場 第2体育室 9月3.10.17

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 7月4.11.18

定員 35 名 8月1.8.22.29

会場 第3体育室 9月5.12.19

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 7月4.11.18.25

定員 35 名 8月1.8.15.22.29

会場 第2体育室 9月5.12.19.26

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 7月2.9.16.23.30

定員 24 名 8月6.27

会場 第2体育室 9月3.10.17

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 7月4.11.18

定員 35 名 8月1.8.22.29

会場 第3体育室 9月5.12.19

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 7月4.11.18.25

定員 35 名 8月1.8.15.22.29

会場 第2体育室 9月5.12.19.26

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 7月2.9.16.23.30

定員 15 名 8月6.27

会場 第2体育室 9月3.10.17

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 ¥8,910 7月5.12.19.26

定員 35 名 8月9.23.30

会場 第3体育室 9月6.13.20

対象年齢 小学1年～6年生 全 9 回

講師名 ARTSTYLE ENTERTAINMEN

86

総合型キッズスポーツ教室Ⅰ

日程 木 15:30～16:20

料金 ¥19,800 7月3.10.17

定員 20 名 8月7.21.28

会場 第1体育室 9月4.11.18

対象年齢 幼稚園年少～年中 全 9 回

講師名 biima sports

58

子ども空手教室

日程 木 18:00～18:50

料金 ¥14,520 7月3.10.17.24.31

定員 15 名 8月7.21.28

会場 研修室 9月4.11.18

対象年齢 年中～中学生 全 11 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 7月1.8.29

定員 33 名 8月5.12.19.26

会場 第1体育室 9月2.9.30

対象年齢 小学1年～6年生 全 10 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

料金 ¥19,800 7月3.10.17

定員 20 名 8月7.21.28

会場 第1体育室 9月4.11.18

対象年齢 幼稚園年長～3年生 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 ¥12,100 7月1.8.15.29

定員 30 名 8月5.12.19.26

会場 第3体育室 9月2.9.30

対象年齢 幼稚園年中～年長 全 11 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 ¥9,680 7月5.19.26

定員 33 名 8月9.16.23

会場 第1体育室 9月13.20.27

対象年齢 小学4年～中学生 全 8 回

講師名 鈴木 紀子.他

88

★☆ご案内★☆

◆86.87総合型キッズスポーツ(I/Ⅱ)の2025年度教室の予定

2期:7月:バスケ 8月:テニス 9月:テニス

3期:10月:SAQ.スプリント 11月-12月:野球

4期:1月:なわとび、リズムトレーニング

2-3月:サッカー

※SAQ=スピード・アジリティ・クイックネス