

冬

大人クラス

	ヨガ・調整系	健康づくり	ダンス	競技系
2	ビギナーヨーガ	12ピラティス	25中高年らくらくトレーニングⅡ	39クラシックバレエ
日程	火 11:00～11:50	木 11:30～12:30	火 10:00～10:50	金 11:00～12:30
料金	¥10,890 1月6.13.20.27	¥10,890 1月8.15.22.29	¥11,880 1月6.13.20.27	¥14,520 1月9.16.23.30
定員	25名 2月3.17.24	50名 2月5.12.19.26	45名 2月3.10.17.24	20名 2月6.13.20.27
会場	研修室 3月3.10.17.24	第2体育室 3月5.12.19	第2体育室 3月3.10.17.24	研修室 3月6.13.27
対象年齢	16歳以上 全11回	16歳以上 全11回	50歳以上 全12回	16歳以上 全11回
講師名	石丸 あかね	山本 敦子	児島 富美子	日和佐 佳那子
3	ヨーガ(星)	16気功・太極拳(火曜)	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Ⅰ(初心者)
日程	水 10:55～11:55	火 13:10～14:30	火 14:15～15:15	月 09:00～09:50
料金	¥10,890 1月7.14.21.28	¥9,900 1月13.20.27	¥13,200 1月6.13.20.27	¥12,000 1月5.26
定員	40名 2月4.18.25	75名 2月3.10.17	30名 2月3.10.17.24	35名 2月2.9
会場	第3体育室 3月4.11.18.25	第2体育室 3月3.10.17.24	第3体育室 3月3.10.17.24	第1体育室 3月2.9.23.30
対象年齢	16歳以上 全11回	16歳以上 全10回	50歳以上 全12回	16歳以上 全8回
講師名	大橋 律子	横浜市太極拳協会	児島 富美子	ラケットスポーツ振興会
4	ヨーガ(太陽)	17気功・太極拳(水曜)	31フラダンス教室[オアフ](初級)	41月曜ピックルボールⅡ(初級)
日程	木 11:50～12:50	水 13:10～14:30	火 13:00～14:00	月 09:55～10:45
料金	¥10,890 1月8.15.22.29	¥9,900 1月7.14.21.28	¥14,520 1月6.13.20.27	¥12,000 1月5.26
定員	40名 2月5.12.19.26	75名 2月4.18.25	30名 2月3.10.17.24	35名 2月2.9
会場	第3体育室 3月5.12.19	第2体育室 3月4.11.18	第3体育室 3月3.10.17.24	第1体育室 3月2.9.23.30
対象年齢	16歳以上 全11回	16歳以上 全10回	16歳以上 全12回	16歳以上 全8回
講師名	大橋 律子	横浜市太極拳協会	宇藤 由美	ラケットスポーツ振興会
5	美容系ヨーガ	19背骨コンディショニング	32フラダンス教室[マウイ](中級)	42土曜ピックルボールⅠ(初級)
日程	金 12:55～13:55	水 09:55～10:40	火 14:40～15:40	土 11:00～11:50
料金	¥9,900 1月9.16.23.30	¥10,890 1月7.14.21.28	¥15,840 1月6.13.20.27	¥12,000 1月24.31
定員	50名 2月6.13.20.27	30名 2月4.18.25	40名 2月3.10.17.24	24名 2月14.21.28
会場	第2体育室 3月6.13	第3体育室 3月4.11.18.25	第2体育室 3月3.10.17.24	第1体育室 3月7.14.28
対象年齢	16歳以上 全10回	16歳以上 全11回	16歳以上 全12回	16歳以上 全8回
講師名	堤 綾子	花田 和子	宇藤 由美	ラケットスポーツ振興会
7	パワーヨーガ	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)	43土曜ピックルボールⅡ(初心者)
日程	金 13:50～14:50	水 09:00～09:45	火 15:50～16:50	土 11:55～12:45
料金	¥9,900 1月9.16.23.30	¥10,890 1月7.14.21.28	¥17,160 1月6.13.20.27	¥12,000 1月24.31
定員	20名 2月6.13.20.27	35名 2月4.18.25	40名 2月3.10.17.24	24名 2月14.21.28
会場	研修室 3月6.13	第3体育室 3月4.11.18.25	第2体育室 3月3.10.17.24	第1体育室 3月7.14.28
対象年齢	16歳以上 全10回	16歳以上 全11回	16歳以上 全12回	16歳以上 全8回
講師名	大橋 律子	花田 和子	宇藤 由美	ラケットスポーツ振興会
10	ピラティスプレミアクラス	22やさしいトレーニング	37ジャズダンス	44バドミントン教室A
日程	木 09:00～10:00	土 10:00～10:50	金 12:40～13:40	金 09:00～10:40
料金	¥13,310 1月8.15.22.29	¥9,900 1月17.24.31	¥9,900 1月9.16.23.30	¥13,200 1月9.16.23.30
定員	24名 2月5.12.19.26	35名 2月7.14.21.28	20名 2月6.13.20.27	66名 2月6.13.20.27
会場	第3体育室 3月5.12.19	第3体育室 3月7.14.21	研修室 3月6.13	第1体育室 3月6.13
対象年齢	16歳以上 全11回	16歳以上 全10回	16歳以上 全10回	16歳以上 全10回
講師名	山本 敦子	児島 富美子	大橋 律子	島岡 智子 他
11	ボールで美姿勢 (ピラティス骨盤エクササイズ)	24中高年らくらくトレーニングⅠ	38基本のバレエ	45バドミントン教室B
日程	木 10:20～11:20	月 11:00～11:50	木 9:10～10:40	金 11:00～12:40
料金	¥12,100 1月8.15.22.29	¥7,920 1月5.26	¥15,730 1月8.15.22.29	¥13,200 1月9.16.23.30
定員	27名 2月5.12.19.26	30名 2月2.9	20名 2月5.12.26	33名 2月6.13.20.27
会場	第2体育室 3月5.12.19	第3体育室 3月2.9.23.30	研修室 3月5.12.19.26	第1体育室 3月6.13
対象年齢	16歳以上 全11回	50歳以上 全8回	16歳以上 全11回	16歳以上 全10回
講師名	山本 敦子	児島 富美子	佐藤 百恵	内藤 奈美 他

子どもクラス

	親子	子ども	※対象年齢は2026年1月時点です。		
54	幼児体操教室[コアラ]	71	キッズダンス[金]（入門）	82	元Vリーグ選手による ジュニアバレーボール
日程 水 15:00～16:00		日程 金 17:00～17:50		日程 水 17:15～18:30	
料金 ¥9,900 1月7.14.21.28		料金 ¥9,900 1月16.23.30		料金 ¥16,500 1月14.21.28	
定員 24 名 2月4.18.25		定員 35 名 2月6.13.20.27		定員 12 名 2月4.18.25	
会場 第2体育室 3月4.11.18		会場 第3体育室 3月6.13.27		会場 第1体育室 3月4.11.18.25	
対象年齢 幼稚園年少～年中 全 10 回		対象年齢 幼稚園年長～6年生 全 10 回		対象年齢 小学3年～6年生 全 10 回	
講師名 榎本、宮原		講師名 ARTSTYLE ENTERTAINMEN		講師名 株式会社 エール 小谷 弘美	
55	幼児体操教室[パンダ]	72	キッズダンス[金]（初中級）	83	横浜ビー・コルセアーズ バスケットボール教室Ⅰ
日程 水 16:10～17:10		日程 金 18:00～18:50		日程 金 17:05～17:55	
料金 ¥9,900 1月7.14.21.28		料金 ¥9,900 1月16.23.30		料金 ¥16,500 1月16.23.30	
定員 24 名 2月4.18.25		定員 35 名 2月6.13.20.27		定員 35 名 2月6.13.20.27	
会場 第2体育室 3月4.11.18		会場 第3体育室 3月6.13.27		会場 第2体育室 3月6.13.27	
対象年齢 幼稚園年中～年長 全 10 回		対象年齢 小学1年～6年生 全 10 回		対象年齢 小学1年～3年生 全 10 回	
講師名 宮原、榎本		講師名 ARTSTYLE ENTERTAINMEN		講師名 横浜ビー・コルセアーズ	
56	子ども体操教室	73	キッズダンス[土]（初級）	84	横浜ビー・コルセアーズ バスケットボール教室Ⅱ
日程 水 17:20～18:20		日程 土 09:00～09:50		日程 金 18:00～18:50	
料金 ¥12,100 1月7.14.21.28		料金 ¥9,900 1月17.24.31		料金 ¥16,500 1月16.23.30	
定員 18 名 2月4.18.25		定員 35 名 2月7.14.21.28		定員 35 名 2月6.13.20.27	
会場 第2体育室 3月4.11.18		会場 第3体育室 3月7.14.28		会場 第2体育室 3月6.13.27	
対象年齢 小学1年～4年生 全 10 回		対象年齢 小学1年～6年生 全 10 回		対象年齢 小学4年～6年生 全 10 回	
講師名 平野、榎本		講師名 ARTSTYLE ENTERTAINMEN		講師名 横浜ビー・コルセアーズ	
58	子ども空手教室	78	ジュニアバドミントンクラブⅠ	88	横浜ビー・コルセアーズ バスケットボール教室Ⅲ
日程 木 18:00～18:50		日程 火 17:10～18:40		日程 火 17:05～17:55	
料金 ¥14,520 1月8.15.22.29		料金 ¥12,100 1月13.20.27		料金 ¥21,450 1月6.13.20.27	
定員 15 名 2月5.12.19.26		定員 33 名 2月3.17.24		定員 35 名 2月3.10.17.24	
会場 研修室 3月5.12.19		会場 第1体育室 3月3.10.17.24		会場 第1体育室 3月3.10.17.24.31	
対象年齢 年中～中学生 全 11 回		対象年齢 小学1年～6年生 全 10 回		対象年齢 小学1年～3年生 全 13 回	
講師名 井上 陽子		講師名 鈴木 紀子.他		講師名 横浜ビー・コルセアーズ	
61	子どもバレエ（火）[キューピット]	79	ジュニアバドミントンクラブⅡ	89	横浜ビー・コルセアーズ バスケットボール教室Ⅳ
日程 火 15:30～16:20		日程 土 09:00～10:30		日程 火 18:00～18:50	
料金 ¥13,200 1月6.13.20.27		料金 ¥9,680 1月24.31		料金 ¥21,450 1月6.13.20.27	
定員 30 名 2月3.10.17.24		定員 33 名 2月14.21.28		定員 35 名 2月3.10.17.24	
会場 第3体育室 3月3.10.17.24		会場 第1体育室 3月7.14.28		会場 第1体育室 3月3.10.17.24.31	
対象年齢 幼稚園年中～年長 全 12 回		対象年齢 小学4年～中学生 全 8 回		対象年齢 小学4年～6年生 全 13 回	
講師名 日和佐 佳那子		講師名 鈴木 紀子.他		講師名 横浜ビー・コルセアーズ	
62	子どもバレエ（火）[スワン]	81	ジュニア卓球クラブ	86	総合型キッズスポーツ教室Ⅰ
日程 火 16:30～17:20		日程 土 09:00～10:30		日程 木 15:30～16:20	
料金 ¥13,200 1月6.13.20.27		料金 ¥7,920 1月24.31		料金 ¥19,800 1月8.15.22	
定員 30 名 2月3.10.17.24		定員 45 名 2月14.21.28		定員 20 名 2月5.12.19	
会場 第3体育室 3月3.10.17.24		会場 第1体育室 3月7.14.28		会場 第1体育室 3月5.12.19	
対象年齢 小学1年～6年生 全 12 回		対象年齢 小学4年～中学生 全 8 回		対象年齢 幼稚園年少～年中 全 9 回	
講師名 日和佐 佳那子		講師名 千原 淑子.他		講師名 biima sports	
67	チアダンス	【ご案内】 ◆ピッكلボール全クラスは応募者 多数の為、応募は1クラスのみとさ せていただきます 2クラス目は追加募集でのご参加は 可能でございます ◆総合型キッズスポーツ4期予定 1月なわとび、リズムトレーニング 2月3月サッカー		87	総合型キッズスポーツ教室Ⅱ
日程 月 17:00～17:50				日程 木 16:30～17:20	
料金 ¥9,240 1月5.26				料金 ¥19,800 1月8.15.22	
定員 30 名 2月2.9				定員 20 名 2月5.12.19	
会場 第3体育室 3月2.9.23				会場 第1体育室 3月5.12.19	
対象年齢 小学1年～4年生 全 7 回				対象年齢 幼稚園年長～3年生 全 9 回	
講師名 レアコーポレーション				講師名 biima sports	