

2026年度第1期(4月～7月) 定期スポーツ教室 空き状況一覧

更新日: 2026年3月30日

定員に空きがある教室については、3月24日(火)9:00～二次申込を承ります。(先着順)

●申込方法:窓口にご来館のうえお手続きください。

○:空き有り △:残り10名以下 残り5名以下は空き数表記 ×:満員

| 大人向け教室 | | | | | | |
|--------|-------------------|----|-------------|-----------|-----|------|
| 教室No. | 教室名 | 曜日 | 時間 | 対象 | 定員 | 空き状況 |
| A1001 | 楽しいバレーボール | 月 | 10:00～11:40 | 15歳以上 | 26名 | × |
| A1002 | 気功 | 月 | 9:15～10:30 | 15歳以上 | 40名 | ○ |
| A1003 | やさしいピラティス | 月 | 11:00～12:00 | 15歳以上 | 30名 | △ |
| A1004 | ZUMBA(月) | 月 | 12:55～13:55 | 15歳以上 | 14名 | × |
| A2001 | 骨盤エクササイズ | 火 | 10:45～11:45 | 15歳以上 | 20名 | △ |
| A2002 | ZUMBA(火) | 火 | 20:00～21:00 | 15歳以上 | 30名 | × |
| A2003 | いきいき元気体操教室B | 火 | 14:15～15:15 | 高齢者・運動初心者 | 10名 | 5 |
| A3001 | ストレッチ健康体操 | 水 | 10:45～11:45 | 15歳以上 | 30名 | ○ |
| A3002 | リラックスヨガ | 水 | 13:40～14:40 | 15歳以上 | 30名 | ○ |
| A3003 | 大人から始めるバレエ | 水 | 13:00～14:30 | 15歳以上 | 16名 | ○ |
| A3004 | ピラティスボディメイク | 水 | 16:30～17:30 | 15歳以上 | 45名 | △ |
| A3005 | 大人のリズムダンス | 水 | 18:15～19:15 | 15歳以上 | 25名 | ○ |
| A3006 | アロマリラックス | 水 | 19:45～21:00 | 15歳以上 | 30名 | ○ |
| A4001 | 室内テニスA | 木 | 9:10～10:40 | 15歳以上 | 60名 | ○ |
| A4002 | 室内テニスB | 木 | 12:30～14:00 | 15歳以上 | 60名 | ○ |
| A4003 | 室内テニスC | 木 | 14:10～15:40 | 15歳以上 | 60名 | ○ |
| A4004 | インドアサッカーレディース | 木 | 10:55～12:15 | 15歳以上 | 20名 | ○ |
| A4005 | 太極拳入門 | 木 | 13:50～14:50 | 15歳以上 | 55名 | △ |
| A4006 | ZUMBA(木) | 木 | 19:00～20:00 | 15歳以上 | 50名 | ○ |
| A4007 | デトックスヨガ | 木 | 20:05～21:05 | 15歳以上 | 23名 | × |
| A4008 | 60歳からの筋力づくり教室 | 木 | 10:45～11:45 | 60歳以上 | 23名 | × |
| A5001 | バドミントン初中級 | 金 | 12:00～13:40 | 15歳以上 | 24名 | × |
| A5002 | バドミントン中級 | 金 | 14:00～15:40 | 15歳以上 | 24名 | △ |
| A5003 | ロコモ体操 | 金 | 9:30～10:30 | 高齢者・運動初心者 | 10名 | × |
| A5004 | いきいき元気体操教室A | 金 | 10:45～11:45 | 高齢者・運動初心者 | 10名 | 2 |
| A5005 | 美BODYシェイプ & コレージュ | 金 | 10:45～11:45 | 15歳以上 | 20名 | △ |
| A5006 | リフレッシュケア | 金 | 19:00～20:00 | 15歳以上 | 30名 | 1 |

| 子ども向け教室 | | | | | | |
|---------|--------------|----|-------------|----------|-----|------|
| 教室No. | 教室名 | 曜日 | 時間 | 対象 | 定員 | 空き状況 |
| B1001 | ソフトバレーボール | 月 | 17:00～18:15 | 小学生 | 24名 | ○ |
| B3001 | みんなのキッズバレエ | 水 | 14:45～15:45 | 年少～小学生 | 12名 | × |
| B3002 | スポーツチャンバラ | 水 | 15:30～16:30 | 年少～小学生 | 20名 | ○ |
| B3003 | ジュニアヒップホップ | 水 | 17:00～18:00 | 小学生 | 25名 | ○ |
| B4001 | インドアサッカー1・2 | 木 | 16:00～17:10 | 小学1・2年生 | 40名 | ○ |
| B4002 | インドアサッカー3・4 | 木 | 17:25～18:35 | 小学3・4年生 | 40名 | ○ |
| B4003 | インドアサッカー5・6 | 木 | 18:50～20:00 | 小学5・6年生 | 40名 | ○ |
| B4004 | 幼児体操教室 | 木 | 15:45～16:45 | 年少～年長 | 30名 | ○ |
| B4005 | 小学生体操教室 | 木 | 17:00～18:00 | 小学生 | 30名 | 3 |
| B5001 | 小学生バドミントン123 | 金 | 16:10～17:10 | 小学生1～3年生 | 24名 | ○ |
| B5002 | 小学生バドミントン456 | 金 | 17:15～18:15 | 小学生4～6年生 | 24名 | △ |

| 親子向け教室 | | | | | | |
|--------|------------------|----|-------------|----------------|-----|------|
| 教室No. | 教室名 | 曜日 | 時間 | 対象 | 定員 | 空き状況 |
| C2001 | 親子スポーツ | 火 | 9:30～10:30 | 3・4歳児と保護者 | 30組 | ○ |
| C3001 | ベビーマッサージ&産後ママケア | 水 | 11:40～12:30 | 2ヶ月～1歳3ヶ月児と保護者 | 15組 | ○ |
| C5002 | よちよち赤ちゃんwithママケア | 金 | 11:00～11:50 | 8ヶ月～2歳未満児と保護者 | 27組 | ○ |