2026年度第3期（12月～3月） 定期スポーツ教室　空き状況一覧

更新日：　2026年10月28日

定員に空きがある教室については、11月25日（水）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	4
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	1
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	△
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	4
A5002	バドミントン中級	金	14:00～15:40	15歳以上	24 名	3
A5003	ロコモ体操	金	9:30～10:30	高齢者・運動初心者	10 名	2
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	5
A5005	美BODYｼｪｲﾌﾟ＆ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ	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	35 名	△

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	5
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	△
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	○