

## 2024年度 (2025年1月～3月) 大人 教室 ご案内

◆ 開催日予定表 ◆ ※各教室 体験料は1,650円となります。

種目	曜日	時間帯	定員	開催日				月額 受講料 (税込)	対象	開催場所	講師名	
				月								
バレーボール	月	09:30～11:30	50名	1月	6	20	27	3回 3,600円	16歳以上	第一 体育場AB	大阪府ママさん バレーボール連盟	
				2月	3	17	24(祝)					
				3月	3	17	24					
テニス B	月	12:20～13:40	12名	1月	6	20	27	3回 4,800円	16歳以上	第一 体育場A・B	グラスホッパー 合同会社	
				2月	3	17	24(祝)					
				3月	3	17	24					
テニス		19:10～20:30	22名	1月	6	20	27	4回 6,400円	16歳以上	第一 体育場A・B	グラスホッパー 合同会社	
				2月	10	17	24(祝)					2/3
				3月	10	17	24					3/3
らくらく体操 ①	火	9:30～10:30	24名	1月	7	14	21	3回 3,300円 4回 4,400円	60歳以上	第二 体育場	田中・浅野	
				2月	4	11(休講)	18					25
				3月	4	11	18					25
らくらく体操 ②	火	10:45～11:45	24名	1月	7	14	21	3回 3,300円 4回 4,400円	60歳以上	第二 体育場	田中・浅野	
				2月	4	11(休講)	18					25
				3月	4	11	18					25
太極拳	火	13:00～14:30	25名	1月	7	14	21	4回 4,400円	16歳以上	第二 体育場	橋詰	
				2月	4	11(祝)	18					25
				3月	4	11	18					25
ヨガA	火	19:00～20:00	16名	1月	7	14	21	4回 5,200円	16歳以上	多目的室	泊	
				2月	4	11(祝)	18					25
				3月	4	11	18					25
卓球教室	水	9:15～11:15	15名	1月	8	15	22	4回 4,400円	16歳以上	第二 体育場	佐川	
				2月	5	12	19					26
				3月	5	12	19					26
体づくり	水	10:00～11:20	13名	1月	8	15	22	4回 4,400円	50歳以上	スタジオ	片山	
				2月	5	12	19					26
				3月	5	12	19					26
ヘルシー エクササイズ	水	9:45～10:45	16名	1月	8	15	22	4回 4,400円	16歳以上	多目的室	ナタラジャ ボックス	
				2月	5	12	19					26
				3月	5	12	19					26
ダンス エクササイズ	水	10:50～11:50	10名	1月	8	15	22	4回 4,400円	16歳以上	多目的室	ナタラジャ ボックス	
				2月	5	12	19					26
				3月	5	12	19					26
ツボヨガ	水	12:40～13:40	16名	1月	8	15	22	4回 5,200円	16歳以上	多目的室	廣岡	
				2月	5	12	19					26
				3月	5	12	19					26
バドミントン ①	水	12:30～14:15	30名	1月	8	15	22	4回 4,800円	16歳以上	第一 体育場B	プロショップ ユゲ	
				2月	5	12	19					26
				3月	5	12	19					26
バドミントン ②	水	14:30～16:15	30名	1月	8	15	22	4回 4,800円	16歳以上	第一 体育場B	プロショップ ユゲ	
				2月	5	12	19					26
				3月	5	12	19					26

## ◆ 開催日予定表 ◆ ※各教室 体験料は1,650円となります。

種目	曜日	時間帯	定員	月	開催日				定期教室 受講料 (税込)	対象	開催場所	講師名
バドミントン ③	水	18:45~20:30	30名	1月	8	15	22	29	4回 4,800円	16歳以上	第一 体育場B	プロショップ ユゲ
				2月	5	12	19	26				
				3月	5	12	19	26				
ヨガB	木	10:30~11:30	16名	1月	9	16	23	30	4回 5,200円	16歳以上	多目的室	泊
				2月	6	13	20	27				
				3月	6	13	20(祝)	27				
シニア体操	木	9:30~11:00	8名	1月	9	16	23	30	4回 5,200円	60歳以上	会議室	山口
				2月	6	13	20	27				
				3月	6	13	20(祝)	27				
フラダンス	木	9:30~11:00	20名	1月	9	16	23	30	4回 4,800円	16歳以上	多目的室	アロヒラニ
				2月	6	13	20	27				
				3月	6	13	20(祝)	27				
熟年体操 A	金	9:10~10:25	36名	1月	10	17	24	31	4回 3,600円	50歳以上	第二 体育場	加藤和・村上・ 深田・加藤真・ 浅野の内3名
				2月	7	14	21	28				
				3月	7	14	21	28				
熟年体操 B	金	10:35~11:50	36名	1月	10	17	24	31	4回 3,600円	50歳以上	第二 体育場	加藤和・村上・ 深田・加藤真・ 浅野の内3名
				2月	7	14	21	28				
				3月	7	14	21	28				
熟年体操 C	金	13:00~14:15	24名	1月	10	17	24	31	4回 3,600円	50歳以上	第二 体育場	加藤和・村上・ 浅野の内2名
				2月	7	14	21	28				
				3月	7	14	21	28				
熟年体操 D	金	14:25~15:40	24名	1月	10	17	24	31	4回 3,600円	50歳以上	第二 体育場	加藤和・村上・ 深田・加藤真・ 浅野の内2名
				2月	7	14	21	28				
				3月	7	14	21	28				
美姿勢ヨガ	金	12:30~13:30	16名	1月	10	17	24	31	4回 5,200円	16歳以上	多目的室	池
				2月	7	14	21	28				
				3月	7	14	21	28				
ピラティス	金	19:00~20:00	16名	1月	10	17	24	31	4回 5,200円	16歳以上	多目的室	吉井
				2月	7	14	21	28				
				3月	7	14	21	28				
卓球スクール ①	土	09:30~11:00	12名	1月	11	18(休講)	25	2/1	3回 4,650円 4回 6,200円	16歳以上	第二 体育場	プロショップ ユゲ
				2月	8	15	22	3/1				
				3月	8	15	22	29				
卓球スクール ②	土	11:10~12:40	12名	1月	11	18(休講)	25	2/1	3回 4,650円 4回 6,200円	16歳以上	第二 体育場	プロショップ ユゲ
				2月	8	15	22	3/1				
				3月	8	15	22	29				
太極柔力球	土	13:20~14:50	25名	1月	11	18(休講)	25	2/1	3回 3,300円 4回 4,400円	16歳以上	第二 体育場	野口
				2月	8	15	22	3/1				
				3月	8	15	22	29				

※全ての方対象の教室は満16歳以上の方からお申込みいただけます。

- ① 開催日程/担当講師は、都合により変更になる場合がございます。 ② 参加人数が少ない時は、教室の開催を中止致します  
 ③ 受講料については、各教室の開催後の返金、欠席の場合の返金もできませんので予めご了承下さい。 ④ 体験については、一種目に月一回限りとして頂きます

指定管理者： 新生ビルテクノ・セントラルスポーツプラザ共同事業体