

2026年度（7月～9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	月	開催日				月額 受講料 (税込)	対象	開催場所	講師名
バレーボール	月	09:30～11:30	50名	7月	6	20 祝日	27		3回 3,600円	16歳以上	第一 体育場A・B	大阪府家庭人 バレーボール連盟
				8月	3	17	24					
				9月	7	21 祝日	28					
テニス B	月	12:20～13:40	12名	7月	6	20 祝日	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
				8月	3	17	24					
				9月	7	21 祝日	28					
テニス C	月	14:00～15:20	12名	7月	6	20 祝日	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
				8月	3	17	24					
				9月	7	21 祝日	28					
テニス		19:10～20:30	22名	7月	6	13	20 祝日	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
				8月	3	17	24	31				
				9月	7	14	21 祝日	28				
らくらく体操 ①	火	9:30～10:30	24名	7月	7	14	21	28	4回 4,400円 3回 3,300円	60歳以上	第二 体育場	田中・浅野
				8月	4	18	25	9/1				
				9月	8	15	22 休講	29				
らくらく体操 ②	火	10:45～11:45	24名	7月	7	14	21	28	4回 4,400円 3回 3,300円	60歳以上	第二 体育場	田中・浅野
				8月	4	18	25	9/1				
				9月	8	15	22 休講	29				
太極拳	火	13:00～14:30	25名	7月	7	14	21	28	4回 4,400円	16歳以上	第二 体育場	橋詰
				8月	4	18	25	9/1				
				9月	8	15	22 祝日	29				
ヨガA	火	19:00～20:00	16名	7月	7	14	21	28	4回 5,200円	16歳以上	多目的室	泊
				8月	4	18	25	9/1				
				9月	8	15	22 祝日	29				
卓球教室	水	9:15～11:15	15名	7月	8	15	22	29	4回 4,400円	16歳以上	第二 体育場	善山
				8月	5	19	26	9/2				
				9月	9	16	23 祝日	30				
体力づくり	水	10:00～11:20	13名	7月	8	15	22	29	4回 4,400円	50歳以上	スタジオ	片山
				8月	5	19	26	9/2				
				9月	9	16	23 祝日	30				
ヘルシー エクササイズ	水	9:45～10:45	16名	7月	8	15	22	29	4回 4,400円	16歳以上	多目的室	ナタラジャ ボックス
				8月	5	19	26	9/2				
				9月	9	16	23 祝日	30				
ダンス エクササイズ	水	10:50～11:50	10名	7月	8	15	22	29	4回 4,400円	16歳以上	多目的室	ナタラジャ ボックス
				8月	5	19	26	9/2				
				9月	9	16	23 祝日	30				
ツボヨガ	水	12:40～13:40	16名	7月	8	15	22	29	4回 5,200円	16歳以上	多目的室	小林
				8月	5	19	26	9/2				
				9月	9	16	23 祝日	30				
バドミントン ①	水	12:30～14:15	30名	7月	8 休講	15	22	29	4回 4,800円 3回 3,600円	16歳以上	第一 体育場B	プロショップ ユゲ
				8月	5	19	26	9/2				
				9月	9	16	23 祝日	30				
バドミントン ②	水	14:30～16:15	30名	7月	8 休講	15	22	29	4回 4,800円 3回 3,600円	16歳以上	第一 体育場B	プロショップ ユゲ
				8月	5	19	26	9/2				
				9月	9	16	23 祝日	30				
バドミントン ③	水	18:45～20:30	30名	7月	8 休講	15	22	29	4回 4,800円 3回 3,600円	16歳以上	第一 体育場B	プロショップ ユゲ
				8月	5	19	26	9/2				
				9月	9	16	23 祝日	30				

2026年度（7月～9月）大人教室のご案内

1900年1月0日

◆ 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
ヨガB	木	10:30～11:30	16名	7月	2	9	16	23	4回 5,200円	16歳以上	多目的室	泊
				8月	7/30	6	20	27				
				9月	3	10	17	24				
シニア体操	木	9:20～10:50	8名	7月	2	9	16	23	4回 5,200円	60歳以上	会議室	辻本
				8月	7/30	6	20	27				
				9月	3	10	17	24				
フラダンス	木	15:30～16:30	20名	7月	2	9	16	23	4回 4,800円	16歳以上	多目的室	アロヒラニ
				8月	7/30	6	20	27				
				9月	3	10	17	24				
熟年体操 A	金	9:10～10:25	36名	7月	3	10	17	24	4回 3,600円	50歳以上	第二 体育場	加藤・村上 深田・山崎 内3名
				8月	7/31	7	28	9/4				
				9月	11	18	25	10/2				
熟年体操 B	金	10:35～11:50	36名	7月	3	10	17	24	4回 3,600円	50歳以上	第二 体育場	加藤・村上 深田・山崎 内3名
				8月	7/31	7	28	9/4				
				9月	11	18	25	10/2				
熟年体操 C	金	13:00～14:15	24名	7月	3	10	17	24	4回 3,600円	50歳以上	第二 体育場	加藤・村上 深田・浅野 内2名
				8月	7/31	7	28	9/4				
				9月	11	18	25	10/2				
熟年体操 D	金	14:25～15:40	24名	7月	3	10	17	24	4回 3,600円	50歳以上	第二 体育場	加藤・村上 深田・浅野 内2名
				8月	7/31	7	28	9/4				
				9月	11	18	25	10/2				
美姿勢ヨガ	金	12:30～13:30	16名	7月	3	10	17	24	4回 5,200円	16歳以上	多目的室	池
				8月	7/31	7	28	9/4				
				9月	11	18	25	10/2				
ピラティス	金	19:00～20:00	16名	7月	3	10	17	24	4回 5,200円	16歳以上	多目的室	吉井
				8月	7/31	7	28	9/4				
				9月	11	18	25	10/2				
卓球スクール ①	土	09:30～11:00	12名	7月	4 休講	11	18	25	4回 6,200円 3回 4,650円	16歳以上	第二 体育場	プロショップ ユゲ
				8月	1	8	22 休講	29				
				9月	5	12	19	10/3				
卓球スクール ②	土	11:10～ 12:40	12名	7月	4 休講	11	18	25	4回 6,200円 3回 4,650円	16歳以上	第二 体育場	プロショップ ユゲ
				8月	1	8	22 休講	29				
				9月	5	12	19	10/3				
太極柔力球	土	13:20～14:50	25名	7月	4 休講	11	18	25	4回 4,400円 3回 3,300円	16歳以上	第二 体育場	野口
				8月	1	8	22 休講	29				
				9月	5	12	19	10/3				

※全ての対象の教室は満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させていただきます。

※ シニア体操は、8月7日木曜日より開催時間が 9時20分～10時50分 に変更となります。 ※

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

2026年度 (7月～9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	月額 受講料 (税込)	対象	開催場所	講師名	月	開催日				
バレーボール	月	09:30～11:30	50名	3回 3,600円	16歳以上	第一 体育場AB	大阪府家庭人 バレーボール連盟	7月	6	20 祝日	27		
								8月	3	17	24		
								9月	7	21 祝日	28		
テニス B	月	12:20～13:40	12名	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	7月	6	20 祝日	27		
テニス C	月	14:00～15:20	12名					8月	3	17	24		
								9月	7	21 祝日	24		
テニス		19:10～20:30	22名	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	7月	6	13	20 祝日	27	
								8月	3	17	24	31	
								9月	7	14	21 祝日	28	
らくらく体操 ①	火	9:30～10:30	24名	4回 4,400円 3回 3,300円	60歳以上	第二 体育場	田中・浅野	7月	7	14	21	28	
らくらく体操 ②	火	10:45～11:45	24名					8月	4	18	25	9/1	
								9月	8	15	22 休講	29	
太極拳	火	13:00～14:30	25名	4回 4,400円	16歳以上	第二 体育場	橋詰	7月	7	14	21	28	
								8月	4	18	25	9/1	
								9月	8	15	22 祝日	29	
ヨガA	火	19:00～20:00	16名	4回 5,200円	16歳以上	多目的室	泊	7月	7	14	21	28	
								8月	4	18	25	9/1	
								9月	8	15	22 祝日	29	
卓球教室	水	9:15～11:15	15名	4回 4,400円	16歳以上	第二 体育場	佐川	7月	8	15	22	29	
								8月	5	19	26	9/2	
								9月	9	16	23 祝日	30	
体力づくり	水	10:00～11:20	13名	4回 4,400円	50歳以上	スタジオ	片山	7月	8	15	22	29	
								8月	5	19	26	9/2	
								9月	9	16	23 祝日	30	
ヘルシー エクササイズ*	水	9:45～10:45	16名	4回 4,400円	16歳以上	多目的室	ナタラジャ ボックス	7月	8	15	22	29	
								8月	5	19	26	9/2	
								9月	9	16	23 祝日	30	
ダンス エクササイズ	水	10:50～11:50	10名	4回 4,400円	16歳以上	多目的室	ナタラジャ ボックス	7月	8	15	22	29	
								8月	5	19	26	9/2	
								9月	9	16	23 祝日	30	
ツボヨガ	水	12:40～13:40	16名	4回 5,200円	16歳以上	多目的室	廣岡	7月	8	15	22	29	
								8月	5	19	26	9/2	
								9月	9	16	23 祝日	30	
バドミントン ①	水	12:30～14:15	30名	4回 4,800円	16歳以上	第一 体育場B	プロショップ ユゲ	7月	8 休講	15	22	29	
バドミントン ②	水	14:30～16:15	30名					8月	5	19	26	9/2	
バドミントン ③	水	18:45～20:30	30名					9月	9	16	23 祝日	30	

1800年1月0日

2026年度（7月～9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	定期教室 受講料 (税込)	対象	開催場所	講師名	月	開催日			
ヨガB	木	10:30～11:30	16名	4回 5,200円	16歳以上	多目的室	泊	7月	2	9	16	23
								8月	7/30	6	20	27
								9月	3	10	17	24
シニア体操	木	9:20～10:50	8名	4回 5,200円	60歳以上	会議室	辻本	7月	2	9	16	23
								8月	7/30	6	20	27
								9月	3	10	17	24
フラダンス	木	15:30～16:30	20名	4回 4,800円	16歳以上	多目的室	アロヒラニ	7月	2	9	16	23
								8月	7/30	6	20	27
								9月	3	10	17	24
熟年体操 A	金	9:10～10:25	36名	4回 3,600円	50歳以上	第二 体育場	加藤・村上 深田・山崎 内3名	7月	3	10	17	24
熟年体操 B	金	10:35～11:50	36名	4回 3,600円	50歳以上	第二 体育場	加藤・村上 深田・山崎 内3名	8月	7/31	7	28	9/4
熟年体操 C	金	13:00～14:15	24名	4回 3,600円	50歳以上	第二 体育場	加藤・村上 深田・浅野 内2名	7月	3	10	17	24
熟年体操 D	金	14:25～15:40	24名	4回 3,600円	50歳以上	第二 体育場	加藤・村上 深田・浅野 内2名	8月	7/31	7	28	9/4
美姿勢ヨガ	金	12:30～13:30	16名	4回 5,200円	16歳以上	多目的室	池	7月	3	10	17	24
								8月	7/31	7	28	9/4
								9月	11	18	25	10/2
ピラティス	金	19:00～20:00	16名	4回 5,200円	16歳以上	多目的室	吉井	7月	3	10	17	24
								8月	7/31	7	28	9/4
								9月	11	18	25	10/2
卓球スクール ①	土	09:30～11:00	12名	4回 6,200円 3回 4,650円	16歳以上	第二 体育場	プロショップ ユゲ	7月	4 休講	11	18	25
卓球スクール ②	土	11:10～12:40	12名					8月	1	8	22 休講	29
								9月	5	12	19	10/3
太極柔力球	土	13:20～14:50	25名	4回 4,400円 3回 3,300円	16歳以上	第二 体育場	野口	7月	4 休講	11	18	25
								8月	1	8	22 休講	29
								9月	5	12	19	10/3

※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させて頂きます

※ シニア体操は、8月7日木曜日より開催時間が 9時20分～10時50分 に変更と成ります。 ※

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