

2026年度（10月～12月）大人 教室 ご案内

◆ 開催日予定表 ◆※各教室 体験料は1,980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	10月	5	19	26		3回 4,290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
				11月	2	16	23(祝日)					
				12月	11/30	7	21					
テニス B	月	12:20～13:40	12名	10月	5	19	26		3回 5,720円	16歳以上	第一 体育場A・B	グラスホッパー 合同会社
				11月	2	16	23(祝日)					
				12月	11/30	7	21					
テニス C	月	14:00～15:20	12名	10月	5	19	26		3回 5,720円	16歳以上	第一 体育場A・B	グラスホッパー 合同会社
				11月	2	16	23(祝日)					
				12月	11/30	7	21					
テニス	月	19:10～20:30	22名	10月	5	12 休講	19	26	3回 5,692円 4回 7,590円	16歳以上	第一 体育場A・B	グラスホッパー 合同会社
				11月	2	9	16	23(祝日)				
				12月	11/30	7	14	21				
らくらく体操 ①	火	9:30～10:30	24名	10月	6	13	20	27	3回 3,960円 4回 5,280円	60歳以上	第二 体育場	田中・浅野
				11月	3 休講	10	17	24				
				12月	1	8	15	22				
らくらく体操 ②	火	10:45～11:45	24名	10月	6	13	20	27	3回 3,960円 4回 5,280円	60歳以上	第二 体育場	田中・浅野
				11月	3 休講	10	17	24				
				12月	1	8	15	22				
太極拳	火	13:00～14:30	25名	10月	6	13	20	27	4回 5,280円	16歳以上	第二 体育場	橋詰
				11月	3 祝日	10	17	24				
				12月	1	8	15	22				
ヨガA	火	19:00～20:00	16名	10月	6	13	20	27	4回 6,160円	16歳以上	多目的室	泊
				11月	3 祝日	10	17	24				
				12月	1	8	15	22				
卓球教室	水	9:15～11:15	15名	10月	7	14	21	28	4回 5,280円	16歳以上	第二 体育場	善山
				11月	4	11	18	25				
				12月	2	9	16	23				
体力づくり	水	10:00～11:20	13名	10月	7	14	21	28	4回 5,280円	50歳以上	スタジオ	片山
				11月	4	11	18	25				
				12月	2	9	16	23				
ヘルシー エクササイズ	水	9:45～10:45	16名	10月	7	14	21	28	4回 5,280円	16歳以上	多目的室	ナタラジャ ボックス
				11月	4	11	18	25				
				12月	2	9	16	23				
ダンス エクササイズ	水	10:50～11:50	10名	10月	7	14	21	28	4回 5,280円	16歳以上	多目的室	ナタラジャ ボックス
				11月	4	11	18	25				
				12月	2	9	16	23				
ツボヨガ	水	12:40～13:40	16名	10月	7	14	21	28	4回 6,160円	16歳以上	多目的室	小林
				11月	4	11	18	25				
				12月	2	9	16	23				
バドミントン ①	水	12:30～14:15	30名	10月	7	14	21	28	4回 5,720円	16歳以上	第一 体育場B	プロショップ ユゲ
				11月	4	11	18	25				
				12月	2	9	16	23				
バドミントン ②	水	14:30～16:15	30名	10月	7	14	21	28	4回 5,720円	16歳以上	第一 体育場B	プロショップ ユゲ
				11月	4	11	18	25				
				12月	2	9	16	23				
バドミントン ③	水	18:45～20:30	30名	10月	7	14	21	28	4回 5,720円	16歳以上	第一 体育場B	プロショップ ユゲ
				11月	4	11	18	25				
				12月	2	9	16	23				

2026年度（10月～12月）大人教室のご案内

◆ 開催日予定表 ◆ ※各教室 体験料は1,980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
ヨガB	木	10:30～11:30	16名	10月	1	8	15	22	4回 6,160円	16歳以上	多目的室	泊
				11月	5	12	19	26				
				12月	3	10	17	24				
シニア体操	木	9:20～10:50	8名	10月	1	8	15	22	4回 6,160円	60歳以上	会議室	辻本
				11月	5	12	19	26				
				12月	3	10	17	24				
フラダンス	木	15:30～16:30	20名	10月	1	8	15	22	4回 5,720円	16歳以上	多目的室	アロヒラニ
				11月	5	12	19	26				
				12月	3	10	17	24				
熟年体操 A	金	9:10～10:25	36名	10月	9	16	23	30	4回 4,290円	50歳以上	第二 体育場	加藤・村上 深田・山崎 内3名
				11月	6	13	20	27				
				12月	4	11	18	25				
熟年体操 B	金	10:35～11:50	36名	10月	9	16	23	30	4回 4,290円	50歳以上	第二 体育場	加藤・村上 深田・山崎 内3名
				11月	6	13	20	27				
				12月	4	11	18	25				
熟年体操 C	金	13:00～14:15	24名	10月	9	16	23	30	4回 4,290円	50歳以上	第二 体育場	加藤・村上 深田・浅野 内2名
				11月	6	13	20	27				
				12月	4	11	18	25				
熟年体操 D	金	14:25～15:40	24名	10月	9	16	23	30	4回 4,290円	50歳以上	第二 体育場	加藤・村上 深田・浅野 内2名
				11月	6	13	20	27				
				12月	4	11	18	25				
美姿勢ヨガ	金	12:30～13:30	16名	10月	9	16	23	30	4回 6,160円	16歳以上	多目的室	池
				11月	6	13	20	27				
				12月	4	11	18	25				
ピラティス	金	19:00～20:00	16名	10月	9	16	23	30	4回 6,160円	16歳以上	多目的室	吉井
				11月	6	13	20	27				
				12月	4	11	18	25				
卓球スクール ①	土	09:30～11:00	12名	10月	10	17	24	31	4回 7,370円 3回 5,527円	16歳以上	第二 体育場	プロショップ ユゲ
				11月	7	14	21	28				
				12月	5	12 休講	19	26				
卓球スクール ②	土	11:10～12:40	12名	10月	10	17	24	31	4回 7,370円 3回 5,527円	16歳以上	第二 体育場	プロショップ ユゲ
				11月	7	14	21	28				
				12月	5	12 休講	19	26				
太極柔力球	土	13:20～14:50	25名	10月	10	17	24	31	4回 5,280円 3回 3,960円	16歳以上	第二 体育場	野口
				11月	7	14	21	28				
				12月	5	12 休講	19	26				

※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

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

電話 06-6973-5166