

## 子どもの教室

### キッズダンス

**月曜**

音楽に合わせて体を動かしましょう！

時間 16:30～17:15



受講料 7,590円

対象 4歳～新小学3年生

※4歳の誕生日を  
迎えられた方から

講師 竹内尚美

日程 4/20～7/13(全11回)

### ジュニアダンス

**月曜**

初心者でも楽しく踊れる♪  
自分を表現する力が身に付きます！

時間 17:30～18:10



受講料 7,590円

対象 新小学4年生～新中学3年生

講師 竹内尚美

日程 4/20～7/13(全11回)

### 走り方教室

**月曜**

走るリズム・手足の上手な使い方を学ぼう！

時間 17:15～18:45



受講料 7,590円

対象 新小学3年生～新中学3年生

講師 一般社団法人しんしんスポーツ・KOBE

日程 4/20～7/13(全11回)

### 幼児体操

**水曜**

できた！たのしい！うれしい！気持ちを  
育てます。

時間 15:30～16:30



受講料 8,280円

対象 満4歳～満6歳

講師 専門指導員

日程 4/22～7/22(全12回)

### 体育が好きになる

**水曜**

繰り返し練習をして「できた」の  
喜びを味わおう！

時間 17:00～18:30



受講料 8,280円

対象 新小学1年生～新小学3年生

講師 専門指導員

日程 4/22～7/22(全12回)

### ミニバスケットボール1-3

**木曜**

バスケを通して心と体を鍛えよう！

時間 17:15～18:45



受講料 8,280円

対象 新小学1年生～新小学3年生

講師 専門指導員

日程 4/30～7/16(全12回)

### ジュニア卓球

**土曜**

初心者大歓迎！スキルアップにも！

時間 13:15～14:45



受講料 3,450円

対象 新小学4年生～新中学2年生

講師 大村桂治郎

日程 4/25～5/23(全5回)

### ミニバスケットボール4-6

**土曜**

集中力・瞬発力・体力・  
あきらめない心を育てます！

時間 9:15～10:45



受講料 8,280円

対象 新小学4年生～新小学6年生

講師 専門指導員

日程 4/25～7/11(全12回)

### ジュニアハイスクールBBC

**土曜**

新しく始めてみたい方（初心者歓迎）

趣味としてみんなで身体を動かしましょう！

時間 11:00～12:30



受講料 10,200円

対象 新中学1年生～新中学3年生

講師 専門指導員

日程 4/25～7/11(全12回)

## おとのの教室

### 卓球(水)

**水曜**

個々の能力に合わせてスキルアップ。

体力の向上も目指します！

時間 13:00～14:45



受講料 13,120円

対象 16歳以上

講師 卓越国際株式会社

日程 4/1～7/29 (全16回)

### ヨガピラ

**木曜**

ヨガをしてリラックス♪

ピラティスで身体を整えましょう！

時間 12:00～12:50



受講料 6,600円

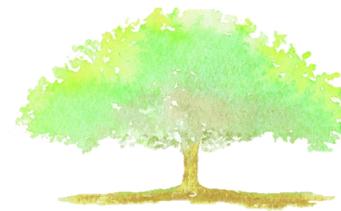
対象 16歳以上

講師 黒田祥子

日程 4/9～7/23 (全12回)

### 2026年度より親子トランポリン・フレイル

フレイルは、通年教室となります



### バドミントン夜間

**水曜**

初心者からベテランの方まで、  
レベルに合わせて指導します。

時間 19:00～20:50



受講料 13,760円

対象 16歳以上

講師 吉田肇 金田佳奈恵

日程 4/1～7/29 (全16回)

### バドミントン午前

**木曜**

基礎知識・ルール・技術の習得から、  
ゲームが楽しめるように練習します。

時間 11:00～12:50



受講料 13,760円

対象 16歳以上

講師 大木和子 藤江久善

日程 4/9～7/23 (全16回)

### バドミントン午後

**木曜**

レベルアップを図るとともに、  
実践的なプレーを身につけます。

時間 13:00～14:50



受講料 13,760円

対象 16歳以上

講師 細川幸代 高坂尚子

日程 4/9～7/23 (全16回)

### 女性のエクササイズ＆スポーツ

**金曜**

スポーツやトレーニングと一緒に楽しく体を動かしませんか？



時間 11:00～12:30

受講料 12,960円

対象 16歳以上女性

講師 園家孝子

日程 4/10～7/24 (全16回)

### <ご注意ください>

通年教室になる親子トランポリン・フレイル教室のお申込は、春期教室申込書とは異なります。  
また3か月ごとの更新をさせていただきますのでご了承ください。