

ストレッチ ヨガ

火曜ストレッチ体操教室

- ① 4月11日～6月20日(全10回)
- ② 6月27日～10月3日(全10回)
- ③ 10月17日～12月19日(全10回)
- ④ 1月16日～3月26日(全10回)

平塚総合体育館 第1武道場
火曜日 / 13:30～14:45
参加料 4,500円

ピラティス教室

- ① 5月9日～7月4日(全8回)
- ② 7月11日～10月17日(全8回)
- ③ 10月31日～12月19日(全8回)
- ④ 1月16日～3月12日(全8回)

平塚総合体育館 第2武道場
火曜日 / 15:10～16:10
参加料 3,600円

水曜ストレッチ体操教室

- ① 4月19日～6月28日(全10回)
- ② 7月12日～9月27日(全10回)
- ③ 10月18日～12月20日(全10回)
- ④ 1月10日～3月13日(全10回)

平塚総合体育館 第1武道場
水曜日 / 11:10～12:25
参加料 4,500円

楽しくヨガ教室

- ① 5月11日～7月13日(全10回)
- ② 9月14日～11月16日(全10回)
- ③ 1月11日～3月14日(全10回)

平塚総合体育館 第1武道場
木曜日 / 9:20～10:50
参加料 4,500円

金曜ストレッチ体操教室

- ① 4月14日～6月23日(全10回)
- ② 6月30日～9月8日(全10回)
- ③ 9月15日～12月22日(全10回)
- ④ 1月12日～3月29日(全10回)

平塚総合体育館 第1武道場
金曜日 / 13:30～14:45
参加料 4,500円

からだ整えヨガ教室

- ① 5月12日～8月4日(全12回)
- ② 8月25日～12月8日(全12回)
- ③ 12月15日～3月22日(全12回)

平塚総合体育館 第2武道場
金曜日 / 11:20～12:30
参加料 5,400円

コンディショニングヨガ教室

- ① 4月14日～7月7日(全12回)
- ② 8月25日～12月8日(全12回)
- ③ 12月15日～3月29日(全12回)

平塚総合体育館 第3体育室
金曜日 / 19:40～20:40
参加料 4,800円

金曜夜のヨガ教室
をリニューアル!
体のバランスや
関節と筋肉を
安定させて、
深い呼吸を意識
します。ヨガを通
してコンディショ
ンを整えていき
ます。



ハタフローヨガ教室

- ① 5月12日～8月4日(全12回)
- ② 8月25日～12月8日(全12回)
- ③ 12月15日～3月22日(全12回)

平塚総合体育館 第2武道場
金曜日 / 19:20～20:30
参加料 5,400円

体幹コンディショニング教室

- ① 5月13日～8月19日(全8回)
- ② 9月2日～12月16日(全8回)
- ③ 1月13日～3月9日(全8回)

平塚総合体育館 第1武道場
土曜日 / 9:20～10:35
参加料 3,600円

ウィークエンドヨガ教室

- ① 4月15日～7月22日(全8回)
- ② 7月29日～10月21日(全8回)
- ③ 10月28日～1月13日(全8回)
- ④ 1月20日～3月23日(全8回)

平塚総合体育館 第1武道場
土曜日 / 11:10～12:40
参加料 3,600円

球技 水泳

水泳教室

- ① 5月16日～6月30日(全12回)
- ② 9月8日～10月27日(全12回)

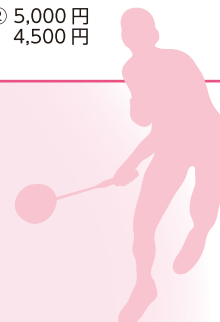
平塚総合体育館 プール
火・金曜日 / 18:30～20:00
参加料 8,400円



バドミントン教室

- ① 4月11日～7月25日(全10回)
- ② 9月12日～11月28日(全10回)
- ③ 12月5日～3月19日(全9回)

ひらつかサン・ライフアリーナ
火曜日 / 9:30～12:00
参加料 ①、② 5,000円
③ 4,500円



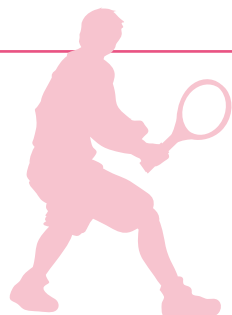
テニススクール

- ① 4月5日～6月30日(全12回)
- ② 7月5日～10月4日(全10回)
- ③ 10月5日～12月15日(全10回)
- ④ 12月20日～3月29日(全12回)

平塚市総合公園 テニスコート
水・木・金曜日

Aコース 9:20～10:50
Bコース 11:00～12:30
J(ジュニア)1コース 17:05～18:05
(小学2～4年生)
J(ジュニア)2コース 18:10～19:10
(小学5～6年生・中学生)
Nコース 19:20～20:50

参加料	全10回②③	全12回①④
ABコース	15,000円	18,000円
Jコース	12,500円	15,000円
Nコース	18,000円	21,600円



卓球教室

- ① 5月17日～8月23日(全7回)
- ② 9月6日～10月25日(全7回)
- ③ 11月1日～12月20日(全7回)
- ④ 1月17日～3月13日(全7回)

ひらつかサン・ライフアリーナ
水曜日 / 9:30～12:00
参加料 4,900円

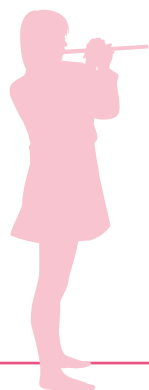


スポーツウエルネス 吹矢教室

- ① 4月20日～7月6日(全6回)
- ② 9月7日～11月30日(全6回)
- ③ 1月18日～3月14日(全6回)

ひらつかサン・ライフアリーナ
木曜日 / 9:30～11:00
参加料 3,000円

令和5年度からの
新しい教室です。
手軽にでき、
楽しみながら
健康になれます。



男性フットサル教室

- ① 5月11日～6月29日(全6回)
- ② 11月2日～12月21日(全6回)

ひらつかサン・ライフアリーナ
木曜日 / 19:15～20:45
参加料 3,000円



女性フットサル教室

- ① 8月31日～10月5日(全6回)
- ② 1月25日～3月7日(全6回)

ひらつかサン・ライフアリーナ
木曜日 / 19:15～20:45
参加料 3,000円

