

令和6年度スポーツ教室年間予定表

公益財団法人平塚市まちづくり財団

場所	教室名	曜日	募集人数	参加料(1クール分)	回数(1クール分)	(開催時間)	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
第1体育室	フィットネス	火・木	各120人	5,600円	16回	9:20~10:50 11:10~12:40	① 9.11.16. 18.23.25	9.14.16.21 .30	4.6.11.13.25	② 2.4.9.11.18 .23	6.8.22.27.29	3.5.19.26	① ③8.10.17. 22.24.31	7.12.19.21.28	3.5.10.12.17	④ 9.16.21. 23.28.30	4.6.13.27	4.6.11.13 .18.25
第2体育室	ストレッチ&リズム体操	木	30人	4,000円	8回	9:20~10:50		①9.16.30	6.13.27	4.11		②19.26	10.17.24	7.14.21	③5.12	9.23	6.20	6.13
第3体育室	楽しいフラダンス	火	60人	4,000円	8回	13:20~14:50	① 9.16.23	14.21.28	4.11 ②18.25	2.9		3.10	1.8 ③22.29	12.19.26	3.10.17	④21.28	4.18	4.11.18.25
	ゆっくりエアロビクス	水	各50人	3,200円	8回	9:30~11:00 13:30~15:00	①10.17.24	1.8.15.22.29	②5.12.19.26	3		11.18.25	③ 9.16.30	6.20.27	11.18	④15.22	5.12.19	5.12.19
	いきいき若返り体操	金	60人	3,200円	8回	9:15~10:30	①5.12.19.26	10.17.24	14 ②21.28	5		6.13.20.27	4 ③11.18.25	8.15.22.29	13	④10.17.24	7.14.28.	7.21
	すっきり!エアロビクス	金	50人	①③4,800 ②4,400	①③12回 ②11回	18:25~19:25	① 5.12.19.26	10.17.24	14.21.28	5.12 ②19.26		6.13.20	4.11.18	8.15.22 ③29	13	10.17.24.31	14.21.28	7.21.28
	コンディショニングヨガ+筋膜リリース	金	60人	①③4,800 ②4,400	①③12回 ②11回	19:40~20:40	① 5.12.19.26	10.17.24	14.21.28	5.12 ②19.26		6.13.20	4.11.18	8.15.22 ③29	13	10.17.24.31	14.21.28	7.21.28
	ZUMBAを楽しもう	土	50人	①3,600 ②③4,000	①9回 ②③10回	9:30~10:45	①6.13.27	11.18.25	15.22.29	②13.20.27		7.14.21	5.12	16	14	③11.18.25.	1.15.22	1.8.22.29
第1武道場	火曜ストレッチ体操	火	70人	4,500円	10回	13:30~14:45	①2.9.16.23	14.21.28	4.11.18 ②25	2.9.23.30	6.20.27	3.10	③1.8.22.29	12.19.26	3.10.17④24	7.21.28	4.18	4.11.18.25
	すっきり・のびのび体操	水	70人	4,500円	10回	9:20~10:50	①10.17.24	1.8.15.22.29	5.12 ②19.26	10.24	7.21	4.11.18.25	③16.23.30	6.13.20.27	4.11.18	④8.15.22.29	5.12.19.26	5.12
	水曜ストレッチ+バレトン	水	70人	4,500円	10回	11:10~12:10	①10.17.24	1.8.15.22.29	5.12 ②19.26	3.10.17		11.18.25	2.9 ③16.23.30	6.13.20.27	4.11.18	④8.15.22.29	5.12.19.26	5.12
	楽しくヨガ	木	70人	4,500円	10回	9:20~10:50		①16.23.30	6.13.20.27	4.11.18		②12.19.26	3.10.17.24.31	7.14		③9.16.23.30	6.13.20.27	6.13
	金曜ストレッチ体操	金	70人	4,500円	10回	13:30~14:45	①12.19.26	17.24.31	7.14.21.28	②12.19.26	2.9.23.30	6.13.20③27	4.11.18.25	8.15.22.29	13	④10.17.24.31	7.14.21.28	7.14
	体幹コンディショニング	土	70人	3,600円	8回	9:20~10:35	①20.27	11.18.25	1.15.22		②24.31	14.21	5.19	30	14	③11.18.25.	1.15.22	1.8
	ウィークエンドヨガ	土	70人	3,600円	8回	11:10~12:40	①13.20.27	11.18.25	1.8 ②15.22	20.27	3.24.31	7 ③14.21	5.19	30	14	11.18 ④25	1.15.22	1.8.15.22
第2武道場	火曜太極拳	火	70人	6,000円	12回	13:20~14:50	①16.23	14.21.28	4.11.18.25	2.9.23	② 20.27	3.10	1.8.22.29	12.19.26	3 ③10.17.24	7.21.28	4.18	4.11.18.25
	ピラティス	火	70人	3,600円	8回	15:10~16:10		①14.21.28	4.18.25	2.9 ②23.30	20.27	3.10	1.8 ③22.29	12.19.26	3.10.17	④21.28	4.18	4.11.18.25
	水曜太極拳	水	70人	6,000円	12回	9:20~10:50	①17.24	8.15.22.29	5.12.19.26	3.10		②4.11.18.25	2.9.16.23	6.13.20.27	③4.11.18	8.15.29	5.19.26	5.12.19
	からだ整えヨガ	金	70人	5,400円	12回	11:20~12:30		① 10.17.24.31	7.14.21.28	5.12.19.26	②16.23.30	6.13.20	4.11.18	8.15.22	③13.27	10.17.24.31	14.21.28	7.14.21
	ハタフローヨガ	金	70人	5,400円	12回	19:20~20:30		① 10.17.24.31	7.14.21.28	5.12.19.26	②16.23.30	6.13.20	4.11.18	8.15.22	③13.27	10.17.24.31	14.21.28	7.14.21
20Mプール	はつらつ水中体操	水	各40人	①②3,600円 ③④3,150円	①②8回 ③④7回	10:00~10:45 11:15~12:00	①10.17.24	8.15.22.29	5 ②19.26	3.10		4.11.18.25	③9.16.23	6.13.20.27			④5.12.19.26	5.12.19
	アクアビクス	木	40人	①②5,600円 ③④4,900円	①②8回 ③④7回	10:25~11:25	①11.18.25	2.9.23.30	6 ②20.27	4.11		5.12.19.26	③10.17.31	7.21.28	5		④6.13.20.27	6.13.27
プール	水泳	火・金	30人	8,400円	12回	18:30~20:00		①14.17.21. 28.31	4.7.11.18.21. 25.28			②10.13.20 .27	1.4.8.11.18 .22.25.29					

場所	教室名	曜日	募集人数	参加料(1クール分)	回数(1クール分)	(開催時間)	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
ひらつかサンライフアリーナ	バドミントン	火	70人	5,000円	10回	9:30~12:00	①9.16.23	7.14.28	11.18.25	2		② 10.17	1.8.22.29	12.19.26	3 ③ 17.24	7.28	18.25	4.11.18.25
	卓球	水	100人	4,900円	7回	9:30~12:00		① 8.15.29	26	3.17.24		②18.25	2.9.16.23.30	③ 6.20	4.11.18	8.22 ④ 29	5.19.26	5.12.19
	男性・女性フットサル	木	各20人	3,000円	(共催分含む)7回	19:15~20:45		① 9.16.23.30	6	4 (11)		② 5.12.19.26	3.17 (24)	③14.28	5.12.19.26	(16) ④30	6.13.20.27	6 (13)
	スポーツウエルネス吹矢	木	30人	3,000円	6回	9:30~11:00	①11	2.9.16.30	13			② 26	10.31	14.21.28		③16.23	13.20	6.13
	ノルディックウォーキング	木	30人	2,400円	6回	11:00~12:30	①11	2.9.16.30	13 (中級6)			② 26	10.31	7.21.28	(中級5)	③16.23 (中級30)	13.20	6.13
多目的ルーム	ZUMBAをやってみよう	水	20人	3,300円	6回	13:30~14:45		①15.29	12.26	10.24		②11.25	9.23	6.20	③11.18	15.29	5.19	
	シェイプアップエクササイズ	水	20人	4,400円	8回	9:30~10:45	①17.24	15.29	12.26	3.17	②21.28	11.25	9.23	6.20	③4.18	15.29	5.19	5.19
	脂肪燃焼	火	20人	4,400円	8回	19:15~20:30	①9.23	14.28	11.25	9.23	② 6.20	10.17	8.22	12.26	③10.17	7.21	4.18	4.18

総合公園テニスコート	教室名	コース	参加料	回数	定員
	テニススクール	デイコース	16,500円	11回	各15人
		ジュニアコース	13,750円	11回	各15人
		ナイターコース	19,800円	11回	各15人

コース名	レッスン時間	水	木	金
A	9:20~10:50	初心・初級	初心・初級	初心・初級
		初中級	初中級	初中級
B	11:00~12:30	初中級	初中級	初中級
J1	17:05~18:05	ジュニア1	ジュニア1	ジュニア1
J2	18:10~19:10	ジュニア2	ジュニア2	ジュニア2
N	19:20~20:50	初心・初級	初心・初級	初心・初級

第1期 11週 11回

	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	11回
水曜日	4/10	4/17	4/24	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26
木曜日	4/11	4/18	4/25	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27
金曜日	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28

第2期 11週 11回

	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	11回
水曜日	7/3	7/10	7/17	7/24	7/31	8/28	9/4	9/11	9/25	10/2	10/9
木曜日	7/4	7/11	7/18	7/25	8/29	9/5	9/12	9/19	9/26	10/3	10/10
金曜日	7/5	7/12	7/19	7/26	8/2	8/30	9/6	9/13	9/20	9/27	10/4

第3期 11週 11回

	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	11回
水曜日	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27	12/4	12/11	12/18	12/25
木曜日	10/17	10/24	10/31	11/7	11/14	11/21	11/28	12/5	12/12	12/19	12/26
金曜日	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	11/15	11/22	11/29	12/6	12/13	12/20

第4期 11週 11回

	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	11回
水曜日	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12	3/19
木曜日	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	3/27
金曜日	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	3/21