

令和7年度スポーツ教室年間予定表

目標：市民の健康増進及びスポーツの推進を図る。

公益財団法人平塚市まちづくり財団

◎トッケイセキュリティ平塚総合体育館

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	6,400円	16回	9:20 ~ 10:50 11:10 ~ 12:40	8 10 15 17 22	8 13 15 20 27	5 10 12 24	3 8 10 15 17	5 7 14 21 26	2 4 25 30	7 16 21 28 30	6 11 18 20 27	2 4 9 11 16	8 15 20 22 27	3 5 10 12 17	3 5 10 12 17	
							24	29		31	28			18					
第2体育室	ストレッチ&リズム体操	木	30人	6,000円	12回	9:20 ~ 10:50		15 22 29	5 12 19	3 10		18 25	2 9		18 25	8 15 22 29	12 19 26	5 12 19	
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	8 15 22	13 20 27	3 10 17 24	1 8 15		2 9 30	7 21 28	11 18	2 9 16	6 20	3 10 17	3 10 24	
	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	9 16 23	14 21 28	4 11 18 25	2		17	1 8 15 22	5 12 19 26	3 10 17	14 28	4 18 25	4 11 18 25	
	いきいき若返り体操	金	60人	3,200円	8回	9:30 ~ 10:45	11 18 25	9 16 23 30	6 20 27	4		26	3 10 17 24	7 14 21 28	12 19 26	9 16 30	6 13 20 27	13	
	すっきり!エアロビクス	金	50人	4,800円	12回	18:25 ~ 19:25	4 11 18 25	9 16 23 30	6 13 20 27	4 11			12 19 26	3 10 17 31	7 14 21 28	12 19 26	9 16 30	6 20 27	13 27
	筋膜リリースヨガ	金	60人	4,800円	12回	19:40 ~ 20:40	4 11 18 25	9 16 23 30	6 13 20 27	4 11			12 19 26	3 10 17 31	7 14 21 28	12 19 26	9 16 30	6 20 27	13 27
	ZUMBAを楽しもう	土	60人	3,600円	9回	9:30 ~ 10:45	12 19	17 24	7 14 21 28	12			20 27	4 11 18	1 8 22	20 27	10 17 31	7 21 28	21 28
第1武道場	火曜ストレッチ体操	火	70人	5,000円	10回	13:30 ~ 14:45	8 15 22	13 20 27	3 10 17 24	1 8 15 29	5 19 26	2 9 30	7 21 28	11 18	2 9 16 23	6 20 27	3 10 17	3 10 17 24 31	
	すっきり・のびのび体操	水	70人	5,000円	10回	9:20 ~ 10:50	9 16 23	14 21 28	4 11 18 25	2 9 16 23 30	6 27	3 10 17	24	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24	7 14 21 28	4 18	
	水曜ストレッチ+バレトン	水	70人	5,000円	10回	11:10 ~ 12:10	9 16 23 30	14 21 28	4 11 18 25	2 9 16		3 10 17 24	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 24	7 14 21 28	4 18 25	4 11 18	
	楽しくヨガ	木	70人	5,000円	10回	9:20 ~ 10:50		8 15 22 29	5 12 19 26	3 10		18 25	2 9 16 23 30	6 13 20		8 15 22 29	5 12 19 26	5 12	
	金曜ストレッチ体操	金	70人	5,000円	10回	13:30 ~ 14:45	18 25	9 16 23 30	6 13 20 27	4 11 18 25	1 29	5 12 19 26	10 17 24 31	7 14 21 28	12 19	9 16 23 30	6 13 20 27	6 13	
	体幹コンディショニング	土	70人	4,000円	8回	9:20 ~ 10:35		10 24 31	7 14 21	19 26	9 30	6 13 27	4	8 15 29	20	10 24	7 21	7 14	
	ウイークエンドヨガ	土	70人	4,000円	8回	11:10 ~ 12:40	5 12 19	10 17 24 31	7 14 21	19 26	2 9 16 30	6 13 20 27	4 18	8 15	20 27	10 17 24 31	7 21		
第2武道場	火曜太極拳	火	70人	6,000円	12回	13:20 ~ 14:50	15 22	13 20 27	3 10 17 24	1 8 15	19 26	2 9 30	7 21 28	11 18	2 9 16 23	6 20 27	3 10 17	3 10 17 24	
	ピラティス	火	70人	4,000円	8回	15:10 ~ 16:10		13 20 27	3 17 24	8 15 29	5 19 26	2 9	7 21 28	11 18	2 9 16 23	20 27	3 10 17	3 10 17 24	
	水曜太極拳	水	70人	6,000円	12回	9:20 ~ 10:50	16 23	14 21 28	4 11 18 25	2 9 16		10 17 24	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17	7 14 21	4 18 25	4 11 18	
	からだ整えヨガ	金	70人	6,000円	12回	11:20 ~ 12:30		9 16 23 30	6 13 20 27	4 11 18 25	1 8 29	5 12 19 26	3 10 17 31	7 21 28	12 19 26	9 16 30	6 20 27	13	
	ハタフローヨガ	金	70人	6,000円	12回	19:20 ~ 20:30		9 16 23 30	6 13 20 27	4 11 18 25	1 8 29	5 12 19 26	3 10 17 31	7 21 28	12 19 26	9 16 30	6 20 27	13	
20Mプール	はつらつ水中体操	水	各40人	①④ 4,000円 ②③ 3,500円	①④ 8回 ②③ 7回	10:00 ~ 10:45 11:15 ~ 12:00	9 16 23	14 21 28	4 11 18 25	2 9		3 10 17 24	8 15 22 29	5 12 19 26	3		18 25	4 11 18	
	アクアビクス	木	40人	①② 4,900円 ③④ 5,600円	①② 7回 ③④ 8回	10:25 ~ 11:25	10 17 24	1 8 15 22	5 12 19 26	3 10 17		11 18 25	16 23 30	6 13 20 27	4		19 26	5 19 26	
プール	水泳	火金	30人	8,400円	12回	18:30 ~ 20:00		13 16 20 27 30	3 6 10 13 17			9 12 19 26 30	3 7 10 17 21						

※赤字になっている箇所は前年度と名称や募集人員等を変更している教室です

凡例：青=第1回、橙=第2回、緑=第3回、紫=第4回

※○囲みの日には初回

◎ひらつかサン・ライフアリーナ

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	
アリーナ	バドミントン	火	70人	5,500円	10回	9:30 ~ 12:00	8/15 22	13 27	17 24	1 15 29		16/30	7 14 21 28	11 18 25	2 16/23	13 27	10 17	3 10 17 24	
	卓球	水	100人	4,900円	7回	9:30 ~ 12:00		7/14 21 28	11 25	2		3/10 17	1 8 15 29	12/19 26	3 10 17 24	21/28	4 25	4 11 18	
	男性・女性フットサル	木	中学生以上各20人	3,000円	(共催分含む) 7回	19:15 ~ 20:45		8/15 22 29	5 26	(共催3)			4/11 18 25	2 23 (共催30)	6/20 27	4 11 18	(共催15) 29	5 12 19 26	5 (共催12)
	スポーツウエルネス吹矢	木	30人	3,000円	6回	9:30 ~ 11:00	10/24	8 29	5 19				25	2 9 23	6 20		15/22	12 19 26	5
	ノルディックウォーキング	木	30人	3,000円	6回	11:00 ~ 12:30	10/24	8 29 (中級22)	5 19				25	2 9 23	6 20 (中級27)		15/22 (中級29)	12 19 26	5
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		21/28	11 25	2 23		17/24	15 29	12 26	10/17	14 21	4 18		
	ボディメイクピラティス	水	20人	4,400円	8回	9:30 ~ 10:45	9/23	14 28	11 25	2 23	20/27	3 17	8 29	12 26	10/24	7 21	4 18	4 18	
	脂肪燃焼	火	20人	4,400円	8回	19:15 ~ 20:30	15/22	20 27	10 17	1 8	19/26	9 30	7 28	11 18	16/23	20 27	10 17	3 10	

※赤字になっている箇所は前年度と名称や募集人員等を変更している教室です

凡例：青=第1回、橙=第2回、緑=第3回、紫=第4回

※○囲みの日には初回

◎総合公園テニスコート

場所	教室名	コース	回数	参加料	回数	参加料	回数	参加料	定員
テニスコート	テニススクール	デイコース	10回	15,000円	11回	16,500円	12回	18,000円	各15人
		ジュニアコース	10回	13,000円	11回	14,300円	12回	15,600円	各15人
		ナイターコース	10回	18,000円	11回	19,800円	12回	21,600円	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	4/2	4/9	4/16	4/23	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	6/25
木曜日	4/3	4/10	4/17	4/24	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19
金曜日	4/4	4/11	4/18	4/25	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20

第2期 10週 10回

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

第3期 12週 12回

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

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