

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

◎トツ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	⑧10151722	813152027	5101224	③8101517	57142126	242530	⑦16212830	611182027	2491116	⑧15202227	35101217	35101217
						11:10 ～ 12:40	24	29		31	28				18		26	
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		⑮2229	51219	310		1825	29		⑮25	8152229	⑮1926	51219
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	⑧1522	132027	310⑮24	1815		2930	⑦2128	1118	2916	⑥20	31017	31024
	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	⑨1623	142128	411⑮25	2		17	181522	⑤121926	31017	14⑮28	41825	4111825
	いきいき若返り体操	金	60人	3,200円	8回	9:30 ～ 10:45	⑪1825	9162330	6⑮2027	4		26	3101724	7142128	121926	⑨1630	6132027	13
	すっきり！エアロビクス	金	50人	4,800円	12回	18:25 ～ 19:25	④111825	9162330	6132027	④11		121926	3101731	71421⑮28	121926	91630	62027	1327
	筋膜リリースヨガ	金	60人	4,800円	12回	19:40 ～ 20:40	④111825	9162330	6132027	④11		121926	3101731	71421⑮28	121926	91630	62027	1327
	ZUMBAを楽しもう	土	60人	3,600円	9回	9:30 ～ 10:45	⑫19	1724	7142128	12		⑮2027	41118	1822	⑮20⑮27	101731	72128	2128
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	⑧1522	132027	3101724	①81529	51926	2930	⑦2128	1118	291623	6⑮2027	31017	310172431
	すっきり・のびのび体操	水	70人	5,000円	10回	9:20 ～ 10:50	⑨1623	142128	4111825	②9162330	627	31017⑮24	18152229	5121926	③101724	7142128	418	
	水曜ストレッチ +バレトン	水	70人	5,000円	10回	11:10 ～ 12:10	⑨162330	142128	41118⑮25	2916		3101724	18⑮1522	5121926	31024	⑦142128	41825	41118
	楽しくヨガ	木	70人	5,000円	10回	9:20 ～ 10:50		⑧152229	5121926	310		⑮1825	29162330	61320		⑧152229	5121926	512
	金曜ストレッチ体操	金	70人	5,000円	10回	13:30 ～ 14:45	⑮1825	9162330	6132027	④111825	829	5121926	⑩172431	7142128	1219	⑨162330	6132027	613
	体幹コンディショニング	土	70人	4,000円	8回	9:20 ～ 10:35		⑩2431	71421	1926	⑨30	61327	4	815⑮29	20	1024	721	714
	ウィークエンドヨガ	土	70人	4,000円	8回	11:10 ～ 12:40	⑤1219	10172431	7⑮1421	1926	291630	⑥132027	418	815	⑮2027	10172431	721	
第2 武道場	火曜太極拳	火	70人	6,000円	12回	13:20 ～ 14:50	⑮1522	132027	3101724	1815	⑮1926	2930	72128	1118	29⑮1623	62027	31017	3101724
	ピラティス	火	70人	4,000円	8回	15:10 ～ 16:10		⑬2027	31724	815⑮29	51926	29	721⑮28	1118	291623	20⑮27	31017	3101724
	水曜太極拳	水	70人	6,000円	12回	9:20 ～ 10:50	⑮1623	142128	4111825	2916		⑮101724	18152229	5121926	③1017	71421	41825	41118
	からだ整えヨガ	金	70人	6,000円	12回	11:20 ～ 12:30		⑨162330	6132027	4111825	①829	5121926	3101731	7⑮2128	121926	91630	62027	13
	ハタフローヨガ	金	70人	6,000円	12回	19:20 ～ 20:30		⑨162330	6132027	4111825	①829	5121926	3101731	7⑮2128	121926	91630	62027	13
2 OM 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	⑨1623	142128	411⑮1825	29		31017⑮24	8152229	512⑮1926	3		1825	41118
	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	⑩1724	181522	⑤121926	31017		⑪1825	162330	613⑮2027	4		1926	51926
プール	水泳	火 金	30人	8,400円	12回	18:30 ～ 20:00		⑬16202730	36101317			⑨12192630	37101721					
								2024					2428					

※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	81522	1327	1724	11529		1630	7142128	111825	21623	1327	1017	3101724
	卓球	水	100人	4,900円	7回	9:30 ～ 12:00		7142128	1125	2		31017	181529	121926	3101724	2128	425	41118
	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		8152229	526	(共催3)		4111825	223(共催30)	62027	41118	(共催15)29	5121926	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	1024	829	519			25	2923	620		1522	121926	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	1024	829(中級22)	519			25	2923	620(中級27)		1522(中級29)	121926	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		2128	1125	223		1724	1529	1226	1017	1421	418	
	ボディメイクピラティス	水	20人	4,400円	8回	9:30 ～ 10:45	923	1428	1125	223	2027	317	829	1226	1024	721	418	418
	脂肪燃焼	火	20人	4,400円	8回	19:15 ～ 20:30	1522	2027	1017	18	1926	930	728	1118	1623	2027	1017	310

※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

※○囲みの日にちは初回

◎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	デイクース	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