

# 大庄体育館サマー教室一覧

曜日	教室名	開催時間	対象・年齢	日程①(受講料)	日程②(受講料)	日程③(受講料)	開催場所
火	ストレッチポール講座①	9:15~10:00	55歳以上(各5人)	7/7,7/14,7/21 (2,000円/3回)	9/1,9/8,9/15 (2,000円/3回)	/	大庄体育館 会議室
	ストレッチポール講座②	10:15~11:00					
	ストレッチポール講座③	11:15~12:00					
	いきいき元気体操	9:20~10:20	55歳以上(30人)	7/7,7/14,7/21,7/28 (2,000円/4回)	8/4,8/18,8/25,9/1 (2,000円/4回)	9/8,9/15,9/29 (1,500円/3回)	大庄北生涯学習プラザ 大ホール
	ピラティス	10:45~11:45	中学生以上(25人)	7/7,7/14,7/21,7/28 (3,960円/4回)	8/4,8/18,8/25,9/1 (3,960円/4回)	9/8,9/15,9/29 (2,970円/3回)	
	キッズダンス	18:15~19:15	小学生(35人)	7/7,7/21,7/28 (2,230円/3回)	8/4,8/25,9/1 (2,230円/3回)	9/15,9/29 (1,490円)	
	エンジョイダンス	19:25~20:25	中学生以上(20人)	7/7,7/21,7/28 (2,400円/3回)	8/4,8/25,9/1 (2,400円/3回)	9/15,9/29 (1,600円/2回)	
水	おはようストレッチ	9:20~10:00	中学生以上(40人)	7/8,7/15,7/22,7/29 (2,200円/4回)	8/5,8/19,8/26,9/2 (2,200円/4回)	9/9,9/16,9/30 (1,650円/3回)	大庄北生涯学習プラザ 大ホール
	ひきしめエクササイズ	10:15~11:15	中学生以上(30人)	7/8,7/15,7/22,7/29 (3,960円/4回)	8/5,8/19,8/26,9/2 (3,960円/4回)	9/9,9/16,9/30 (2,970円/3回)	
金	フレイル予防講座①	9:15~10:05	55歳以上(各10人)	7/3,7/10,7/17 (1,500円/3回)	9/4,9/11,9/18 (1,500円/3回)	/	大庄体育館 会議室
	フレイル予防講座②	10:20~11:10					
	ヨガ①	9:10~10:25	中学生以上(各20人)	7/3,7/10,7/17,7/24 (3,960円/4回)	7/31,8/7,8/21,8/28 (3,960円/4回)	9/4,9/11,9/18 (2,970円/3回)	大庄南生涯学習プラザ 大ホール
	ヨガ②	10:35~11:50					
土	走り方教室	9:15~10:15	小学生(20人)	8/1,8/8,8/22 (1,500円/3回)	/	/	大庄体育館 第一フロア
	親子でチャレンジスポーツ	9:15~10:15	年長から小学3年生までの子 とその親(15組)	9/5,9/12,9/19 (3,000円/3回)	/	/	大庄体育館 第一フロア

※ 受講料に傷害保険料を含みます。

## ～申込方法～

令和8(2026)年6月16日(火)午前9時から先着順で大庄体育館窓口にて、お申込みが可能です。

※ 受講料に関しまして、お申込みの際にお支払いください。

### 持ち物

- ・ 室内シューズ
- ・ お飲み物
- ・ 動きやすい服装
- ・ 汗拭きタオル

### 集合場所

開催時間の5分前にお集まりください。  
また、教室により開催場所が異なる為、お間違いのないように  
ご注意ください。※ 上記の表をご確認ください。

### 注意事項

- ・ 申込教室初日の開始時刻以降のキャンセルはお受けできません。  
申込教室初日の開始時刻までにキャンセルのご連絡をいただいた場合は、全額返金いたします。
- ・ 熱中症予防の観点から大庄体育館フロアのWBGT値が31℃以上又は気温が35度以上になった場合は、  
即時教室を中止といたします。その場合、返金や振替対応等はいたしません。