

別紙

## 令和5年度公益財団法人水戸市スポーツ振興協会事業計画書

### I スポーツ振興事業

スポーツ基本法に掲げる、スポーツに親しみ、スポーツを楽しむ、スポーツを支える活動の一層の進展のため、多くの市民を対象とした各種スポーツ教室の開催、スポーツサークルの育成、スポーツボランティアや指導者の養成、全国大会等の競技会を開催するなど、市民スポーツの普及・振興を図ってまいります。

#### 1 各種スポーツ教室の開催事業（公益目的事業1）

##### （1）自主事業

- ア 種目別スポーツ教室
- イ 健康づくり教室
- ウ 水泳教室

ア 種目別スポーツ教室

No.	種目	教室名	会場	受付日	期間
1	テニス	テニス	総合運動公園テニスコート	3/29	5/10～6/21
		レディステニス	総合運動公園テニスコート	3/29	5/11～6/29
		テニス	総合運動公園テニスコート	8/7	9/6～10/18
		レディステニス	総合運動公園テニスコート	8/7	9/7～10/26
		ステップアップレディステニス	総合運動公園テニスコート	9/11	11/10～12/22
		レディステニス	総合運動公園テニスコート	12/4	R6.1/11～2/22
2	バドミントン	さわやかバドミントン	リリーアリーナMITO	3/29	5/12～7/7
		さわやかバドミントン	リリーアリーナMITO	7/31	9/1～11/10
		バドミントン	総合運動公園体育館	7/31	9/5～10/17
		さわやかバドミントン	リリーアリーナMITO	12/4	R6.1/19～3/8
3	卓球	はつらつ卓球	リリーアリーナMITO	3/29	5/12～7/7
		はつらつ卓球	リリーアリーナMITO	7/31	9/1～11/10
		ナイター卓球	総合運動公園体育館	7/31	9/5～10/17
		はつらつ卓球	リリーアリーナMITO	12/4	R6.1/19～3/8
4	ソフトテニス	早起きソフトテニス	総合運動公園テニスコート	5/22	6/24～7/22
		キッズソフトテニス	総合運動公園テニスコート	7/24	9/1～10/13
		ジュニアソフトテニス	総合運動公園テニスコート	7/24	9/1～10/13
		キッズソフトテニス	総合運動公園体育館	12/4	R6.1/12～3/1
		ジュニアソフトテニス	総合運動公園体育館	12/4	R6.1/12～3/1
5	野球	水戸市野球	ノーブルホームスタジアム水戸	7/3	8/2
6	サッカー	キッズサッカー	ケーズデンキスタジアム水戸	4/5	5/18～7/20
		キッズサッカー	ケーズデンキスタジアム水戸	10/2	11/2～R6.1/18
7	新体操	幼児新体操	総合運動公園体育館	4/6	5/2～7/11
		キッズ新体操	総合運動公園体育館	4/6	5/2～7/11
		幼児新体操	総合運動公園体育館	7/13	9/19～11/28
		キッズ新体操	総合運動公園体育館	7/13	9/19～11/28
		幼児新体操	総合運動公園体育館	11/30	R6.1/9～3/12
		キッズ新体操	総合運動公園体育館	11/30	R6.1/9～3/12
8	チャレンジスポーツ	総合運動公園体育館 ノーブルホームスタジアム水戸 リリーアリーナMITO	7/3	8/15～8/18	
		ケーズデンキスタジアム水戸	7/3	8/15～8/18	
9	アクアビクス	小吹運動公園屋内プール	4/6	5/11～7/13	
		小吹運動公園屋内プール	7/13	9/7～11/30	
		小吹運動公園屋内プール	11/30	R6.1/11～3/14	
		下入野健康増進センター	4/7	5/12～7/14	
		下入野健康増進センター	8/4	9/1～12/1	
		下入野健康増進センター	12/8	R6.1/5～3/15	
10	ウォーキング	ノルディックウォーキング	市内ウォーキングコース	3/29	5/13
		歴史探訪ウォーキング	市内史跡・旧跡	4/19	6/3
		ノルディックウォーキング	市内ウォーキングコース	10/2	11/11
11	歩育講習会	ケーズデンキスタジアム水戸	10/2	11/25	
12	陸上	※障害者ジョギング	ケーズデンキスタジアム水戸	-	5/14～R6.2/23

※受託事業

曜日	回数	時間	対象	募集人員	会費(円)
水	7	19:00～21:00	18歳以上	60	5,500
木	7	9:30～11:30	18歳以上の女性	50	4,500
水	7	19:00～21:00	18歳以上	60	5,500
木	7	9:30～11:30	18歳以上の女性	50	4,500
金	7	9:30～11:30	18歳以上の女性	20	4,500
木	7	9:30～11:30	18歳以上の女性	50	4,500
金	7	9:30～11:30	18歳以上	20	4,500
金	7	9:30～11:30	18歳以上	20	4,500
火	7	19:00～21:00	小学3年生以上	20	5,500 高校生以下 3,000
金	7	9:30～11:30	18歳以上	20	4,500
金	7	9:30～11:30	18歳以上	30	4,500
火	7	19:00～21:00	小学3年生以上	20	5,500 高校生以下 3,000
金	7	9:30～11:30	18歳以上	30	4,500
土	5	6:30～8:30	小学3年生以上	40	3,000 高校生以下 2,000
金	7	18:15～19:30	小学3年生～6年生	40	2,500
金	7	19:45～21:00	中学生	40	2,500
金	7	18:15～19:30	小学3年生～6年生	40	2,500
金	7	19:45～21:00	中学生	40	2,500
水	1	8:30～11:30	中学生	100	500
木	10	15:00～16:00	4・5歳児	30	4,000
木	10	15:00～16:00	4・5歳児	30	4,000
火	10	15:30～16:20	4・5歳児	30	3,200(保険料別)
火	10	16:30～17:30	小学1年生～4年生	30	3,200(保険料別)
火	10	15:30～16:20	4・5歳児	30	3,200(保険料別)
火	10	16:30～17:30	小学1年生～4年生	30	3,200(保険料別)
火	10	15:30～16:20	4・5歳児	30	3,200(保険料別)
火	10	16:30～17:30	小学1年生～4年生	30	3,200(保険料別)
火～金	4	10:00～11:30	小学1年生・2年生	30	2,000
火～金	4	14:00～15:30	小学3年生・4年生	30	2,000
木	10	13:00～14:00	18歳以上	35	4,000
木	10	13:00～14:00	18歳以上	35	4,000
木	10	13:00～14:00	18歳以上	35	4,000
金	10	20:00～21:00	18歳以上	20	4,000
金	10	20:00～21:00	18歳以上	20	4,000
金	10	20:00～21:00	18歳以上	20	4,000
土	1	10:00～12:30	18歳以上	30	1,500
土	1	9:00～13:00	18歳以上	30	1,500
土	1	10:00～12:30	18歳以上	30	1,500
土	1	10:00～11:30	2歳6か月～小学2年生の子と親	20組	500
日・祝日	12	10:00～11:30	18歳以上(障害者手帳を持っている方で自力で走れる方)	30	無料

No.	種目	教室名	会場	受付日	期間
1	テニス	キッズクラス	東町運動公園 テニスコート	3月	4/4～R6.3/29
		ジュニアクラスJ1	東町運動公園 テニスコート	3月	4/4～R6.3/29
		ジュニアクラスJ2	東町運動公園 テニスコート	3月	4/4～R6.3/29
		ジュニアクラスJ2	東町運動公園 テニスコート	3月	4/4～R6.3/27
		ジュニアクラスJ3	東町運動公園 テニスコート	3月	4/6～R6.3/29
		キッズクラス	東町運動公園 テニスコート	3月	4/1～R6.3/30
		ジュニアクラスJ1	東町運動公園 テニスコート	3月	4/1～R6.3/30
		ジュニアクラスJ2	東町運動公園 テニスコート	3月	4/1～R6.3/30
		初心者	東町運動公園 テニスコート	3月	4/4～R6.3/26
		初級	東町運動公園 テニスコート	3月	4/4～R6.3/26
		中級	東町運動公園 テニスコート	3月	4/4～R6.3/26
		初中級	東町運動公園 テニスコート	3月	4/4～R6.3/26
		初心者	東町運動公園 テニスコート	3月	4/7～R6.3/29
		初級	東町運動公園 テニスコート	3月	4/7～R6.3/29
		中級	東町運動公園 テニスコート	3月	4/7～R6.3/29
		初中級	東町運動公園 テニスコート	3月	4/7～R6.3/29
		初心者	東町運動公園 テニスコート	3月	4/2～R6.3/31
		初級	東町運動公園 テニスコート	3月	4/2～R6.3/31
		中級	東町運動公園 テニスコート	3月	4/2～R6.3/31
		初中級	東町運動公園 テニスコート	3月	4/2～R6.3/31
2	バスケットボール	初めてのバスケットボールスクールA	アダストリアみと アリーナ	3月	4/4～6/27
		初めてのバスケットボールスクールB	アダストリアみと アリーナ	3月	4/5～6/28
		初めてのバスケットボールスクールC	アダストリアみと アリーナ	3月	4/6～6/29
		初めてのバスケットボールスクールA	アダストリアみと アリーナ	6月	7/4～9/26
		初めてのバスケットボールスクールB	アダストリアみと アリーナ	6月	7/5～9/27
		初めてのバスケットボールスクールC	アダストリアみと アリーナ	6月	7/6～9/28
		初めてのバスケットボールスクールA	アダストリアみと アリーナ	9月	10/3～12/26
		初めてのバスケットボールスクールB	アダストリアみと アリーナ	9月	10/4～12/27
		初めてのバスケットボールスクールC	アダストリアみと アリーナ	9月	10/5～12/28
		初めてのバスケットボールスクールA	アダストリアみと アリーナ	12月	R6.1/9～3/26
		初めてのバスケットボールスクールB	アダストリアみと アリーナ	12月	R6.1/10～3/27
		初めてのバスケットボールスクールC	アダストリアみと アリーナ	12月	R6.1/11～3/28
		大人のためのバスケットボールスクール	アダストリアみと アリーナ	随時	4/5～R6.3/27

曜日	回数	時間	対象	募集人員	会費(円)
火～金	40	15:30～16:25	幼児	10	5,500/月
火～金	40	16:30～17:25	小学1年生～3年生	20	5,500/月
火～金	40	17:30～18:25	小学4年生～6年生	20	5,500/月
火～水	40	18:30～19:25	小学4年生～6年生	20	5,500/月
木～金	40	18:30～19:25	中学生	20	5,500/月
土	40	9:00～10:00	幼児	10	5,500/月
土	40	10:00～10:55	小学1年生～3年生	20	5,500/月
土	40	11:00～11:55	小学4年生～6年生	20	5,500/月
火	30	10:00～11:30	18歳以上	20	入会金4,400 体験2,200 平日昼19,800/8回 平日夜・日曜22,000/8回
火	30	11:30～13:00	18歳以上	20	入会金4,400 体験2,200 平日昼19,800/8回 平日夜・日曜22,000/8回
火	30	13:30～15:00	18歳以上	20	入会金4,400 体験2,200 平日昼19,800/8回 平日夜・日曜22,000/8回
火	30	19:30～21:00	18歳以上	20	入会金4,400 体験2,200 平日昼19,800/8回 平日夜・日曜22,000/8回
金	30	10:00～11:30	18歳以上	20	入会金4,400 体験2,200 平日昼19,800/8回 平日夜・日曜22,000/8回
金	30	11:30～13:00	18歳以上	20	入会金4,400 体験2,200 平日昼19,800/8回 平日夜・日曜22,000/8回
金	30	13:30～15:00	18歳以上	20	入会金4,400 体験2,200 平日昼19,800/8回 平日夜・日曜22,000/8回
金	30	19:30～21:00	18歳以上	20	入会金4,400 体験2,200 平日昼19,800/8回 平日夜・日曜22,000/8回
日	30	12:00～13:30	18歳以上	20	入会金4,400 体験2,200 平日昼19,800/8回 平日夜・日曜22,000/8回
日	30	13:30～15:00	18歳以上	20	入会金4,400 体験2,200 平日昼19,800/8回 平日夜・日曜22,000/8回
日	30	15:30～17:00	18歳以上	20	入会金4,400 体験2,200 平日昼19,800/8回 平日夜・日曜22,000/8回
日	30	17:30～19:00	18歳以上	20	入会金4,400 体験2,200 平日昼19,800/8回 平日夜・日曜22,000/8回
火	9	17:00～18:00	小学1年生～3年生	20	4,400/月
水	9	17:00～18:00	小学4年生～6年生	20	4,400/月
木	9	17:00～18:00	小学1年生～3年生	20	4,400/月
火	9	17:00～18:00	小学1年生～3年生	20	4,400/月
水	9	17:00～18:00	小学4年生～6年生	20	4,400/月
木	9	17:00～18:00	小学1年生～3年生	20	4,400/月
火	9	17:00～18:00	小学1年生～3年生	20	4,400/月
水	9	17:00～18:00	小学4年生～6年生	20	4,400/月
木	9	17:00～18:00	小学1年生～3年生	20	4,400/月
水	36	20:00～21:30	高校生以上	20	1,100/回

No.	種目	教室名	会場	受付日	期間
3	チアダンス	RDTチアダンススクール リトルクラスA	アダストリアみとアリーナ多目的室	随時	4/5～R6.3/27
		RDTチアダンススクール リトルクラスB	アダストリアみとアリーナ多目的室	随時	4/6～R6.3/28
		RDTチアダンススクール キッズクラスA	アダストリアみとアリーナ多目的室	随時	4/5～R6.3/27
		RDTチアダンススクール キッズクラスB	アダストリアみとアリーナ多目的室	随時	4/6～R6.3/28
		RDTチアダンススクール ジュニアクラスA	アダストリアみとアリーナ多目的室	随時	4/5～R6.3/27
		RDTチアダンススクール ジュニアクラスB	アダストリアみとアリーナ多目的室	随時	4/6～R6.3/28
		RDTチアダンススクール Stars Kid's クラス	アダストリアみとアリーナ多目的室	随時	4/7～R6.3/29
		RDTチアダンススクール Stars Jr.A クラス	アダストリアみとアリーナ多目的室	随時	4/7～R6.3/29
		RDTチアダンススクール Sisters クラス	アダストリアみとアリーナ多目的室	随時	4/1～R6.3/30
		RDTチアダンススクール Stars Jr.B クラス	アリーナMITO多目的室	随時	4/7～R6.3/29

曜日	回数	時間	対象	募集人員	会費(円)
水	40	16:15～17:00	3歳～年長	20	6,600/月 入会金8,800
木	40	16:15～17:00	3歳～年長	20	6,600/月 入会金8,800
水	40	17:30～18:30	小学1年生～3年生	20	7,700/月 入会金8,800
木	40	17:30～18:30	小学1年生～3年生	20	7,700/月 入会金8,800
水	40	19:00～20:30	小学4年生～中学3年生	20	8,800/月 入会金8,800
木	40	19:00～20:30	小学4年生～中学3年生	20	8,800/月 入会金8,800
金	40	17:30～18:30	小学1年生～3年生	15	7,700/月 入会金8,800
金	40	19:00～20:30	小学4年生～中学3年生	15	8,800/月 入会金8,800
土	40	17:30～19:30	高校生以上	15	11,000/月 入会金8,800
金	40	19:00～20:30	小学4年生～中学3年生	15	8,800/月 入会金8,800

イ 健康づくり教室

会場	No.	教室名	第1期		第2期		第3期		
			受付日	期間	受付日	期間	受付日	期間	
総合運動公園体育館	1	ちびっこ体操	3/22	4/12~6/28	7/31	9/6~11/8	11/27	R6.1/10~3/13	
	2	親子体操	3/22	4/12~6/28	7/31	9/6~11/8	11/27	R6.1/10~3/13	
	3	幼児体育A	3/22	4/12~6/28	7/31	9/6~11/8	11/27	R6.1/10~3/13	
	4	幼児体育B	3/22	4/12~6/28	7/31	9/6~11/8	11/27	R6.1/10~3/13	
	5	小学生体育	3/22	4/12~6/28	7/31	9/6~11/8	11/27	R6.1/10~3/13	
	6	◎レディススポーツ	3/22	4/13~R6.2/22					
	7	◎実年健康づくりA	3/22	4/14~R6.3/1					
	8	◎実年健康づくりB	3/22	4/14~R6.3/1					
	9	ジュニア体育A	7/3	8/7~8/10					
	10	ジュニア体育B	7/3	8/7~8/10					
リリーアリーナMITO	1	幼児体育A	3/27	4/11~6/27	7/24	9/5~11/28	12/5	R6.1/9~3/12	
	2	幼児体育B	3/27	4/11~6/27	7/24	9/5~11/28	12/5	R6.1/9~3/12	
	3	小学生体育	3/27	4/11~6/27	7/24	9/5~11/28	12/5	R6.1/9~3/12	
	4	◎ストレッチヨガ	3/27	4/11~R6.3/5					
	5	◎ペルビックストレッチ	3/27	4/13~R6.3/14					
	6	◎ナイトヨガ	3/23	4/13~R6.3/14					
	7	◎リラクソヨガ	3/27	4/14~R6.3/8					
	8	◎実年健康づくり	3/27	4/13~R6.3/14					
	9	◎レディススポーツ	3/27	4/14~R6.3/8					
小吹運動公園	1	◎らくらくエアロ	3/22	4/18~R6.3/12					
	2	◎キッズダンスA	3/22	4/12~R6.3/16					
	3	◎キッズダンスB	3/22	4/12~R6.3/16					
	4	◎ビホ健康体操A	3/22	4/14~R6.3/8					
	5	◎ビホ健康体操B	3/22	4/14~R6.3/8					
常陸センター健康管理	1	◎レディススポーツ	3/27	4/11~R6.3/5					
	2	幼児体育A	3/27	4/13~6/22	7/27	9/7~11/9	11/30	R6.1/11~3/14	
	3	幼児体育B	3/27	4/13~6/22	7/27	9/7~11/9	11/30	R6.1/11~3/14	
内原ヘルスパーク	1	幼児体育A	3/23	4/14~6/23	7/27	9/8~11/24	11/30	R6.1/5~3/15	
	2	幼児体育B	3/23	4/14~6/23	7/27	9/8~11/24	11/30	R6.1/5~3/15	
	3	コンディショニングヨガ	3/23	4/13~9/7		9/14	10/5~R6.3/14		
	4	シェイプアップ	3/23	5/12~6/9	9/1	10/6~11/10	11/30	R6.1/12~2/9	
ケーズデンキスタジアム水戸	1	機能改善ヨガトレ	3/23	4/18~8/22		9/19	10/10~R6.2/6		
	2	シンテックス	3/23	5/11~6/8	9/19	11/2~12/7	11/28	R6.1/11~2/8	
下野健康増進センター	1	ママとベビーのスキンシップ	4/7	5/16~7/25	8/4	8/22~11/21	12/1	12/12~R6.3/12	
	2	コアトレーニング	4/7	5/12~8/25		10/6	11/10~R6.3/1		
	3	らくらくエアロ	4/7	5/12~7/14	8/4	9/1~12/1	12/8	R6.1/5~3/15	
	4	Dayタイムヨガ	4/7	5/10~9/13		10/6	11/1~R6.3/6		
	5	ナイトヨガ	4/7	5/10~6/14	10/6	11/1~12/6	12/8	R6.1/10~2/7	
	6	Zumba®	4/7	5/11~8/24		10/6	11/2~R6.3/7		
	7	シェイプアップ	4/7	5/11~6/8	10/6	11/2~12/7	12/8	R6.1/11~2/8	

◎通年

曜日	回数	時間	対象	募集人員	会費(円)
水	10	9:30~10:30	3歳児	50	3,000
水	10	10:45~11:45	2歳6か月~3歳児と親	40組	4,200
水	10	14:30~15:30	4歳児	50	3,000
水	10	15:45~16:45	5歳児	50	3,000
水	10	17:00~18:00	小学1年生・2年生	50	3,000
木	35	10:00~11:30	18歳以上の女性	50	4,000(3,200)/10回
金	35	10:00~11:30	50歳以上	30	4,000(3,200)/10回
金	35	14:00~15:30	50歳以上	30	4,000(3,200)/10回
月火水木	4	10:00~11:30	小学1年生・2年生	40	2,000
月火水木	4	14:00~15:30	小学1年生・2年生	40	2,000
火	10	14:30~15:30	4歳児	50	3,000
火	10	15:45~16:45	5歳児	50	3,000
火	10	17:00~18:00	小学1年生・2年生	50	3,000
火	40	14:00~15:00	18歳以上の女性	25	6,000(4,800)/10回
木	40	14:00~15:00	18歳以上の女性	25	6,000(4,800)/10回
木	40	19:30~20:40	18歳以上	25	7,000(5,600)/10回
金	40	13:30~14:40	18歳以上の女性	25	7,000(5,600)/10回
木	35	14:00~15:30	50歳以上	30	4,000(3,200)/10回
金	35	10:00~11:30	18歳以上の女性	30	4,000(3,200)/10回
火	40	10:00~11:00	18歳以上の女性	20	6,000(4,800)/10回
水	40	16:30~17:20	小学1年生~3年生	20	7,000/10回
水	40	17:30~18:30	小学4年生~6年生	20	7,000/10回
金	40	10:00~11:30	18歳以上の女性	30	8,500(6,800)/10回
金	40	13:30~15:00	18歳以上の女性	30	8,500(6,800)/10回
火	35	10:00~11:30	18歳以上の女性	40	4,000(3,200)/10回
木	10	14:25~15:25	4歳児	40	3,000
木	10	15:50~16:50	5歳児	40	3,000
金	10	14:30~15:30	4歳児	40	3,000
金	10	15:45~16:45	5歳児	40	3,000
木	20	18:30~19:30 19:45~20:45	18歳以上	60	6,000(4,800)/10回
金	5	9:30~11:00	18歳以上	20	2,500
火	15	10:00~11:00	18歳以上	15	9,000(7,200)
木	5	14:00~15:00	18歳以上	15	2,500
火	10	10:00~11:00	6か月~2歳6か月の子と親	15組30人	4,200
金	15	10:30~11:30	18歳以上	15	9,000(7,200)
金	10	18:30~19:30	18歳以上	25	6,000(4,800)
水	15	13:30~14:30	18歳以上	25	9,000(7,200)
水	5	19:00~20:00	18歳以上	25	3,000(2,400)
木	15	19:00~20:00	18歳以上	25	9,000(7,200)
木	5	9:30~11:00	18歳以上	20	2,500

会場	No.	教室名	受付日	期間
アダ ス ト リ ア み と ア リ ー ナ	1	レズミルズバー	随時	4/4～R6.3/26
	2	ボディバランス	随時	4/4～R6.3/26
	3	ボディパンプ	随時	4/4～R6.3/26
	4	トーン	随時	4/4～R6.3/26
	5	ボディジャム	随時	4/4～R6.3/26
	6	ボディパンプ	随時	4/4～R6.3/26
	7	シバム	随時	4/4～R6.3/26
	8	ボディバランス	随時	4/4～R6.3/26
	9	ボディパンプ	随時	4/5～R6.3/27
	10	ボディステップ	随時	4/5～R6.3/27
	11	ボディコンバット	随時	4/5～R6.3/27
	12	ボディアタック	随時	4/5～R6.3/27
	13	レズミルズバー	随時	4/5～R6.3/27
	14	ボディアタック	随時	4/5～R6.3/27
	15	グリット	随時	4/5～R6.3/27
	16	ボディコンバット	随時	4/6～R6.3/28
	17	トーン	随時	4/6～R6.3/28
	18	ボディバランス	随時	4/6～R6.3/28
	19	シバム	随時	4/6～R6.3/28
	20	ボディステップ	随時	4/6～R6.3/28
	21	ボディコンバット	随時	4/6～R6.3/28
	22	RPM	随時	4/6～R6.3/28
	23	ボディジャム	随時	4/7～R6.3/29
	24	シバム	随時	4/7～R6.3/29
	25	レズミルズコア	随時	4/7～R6.3/29
	26	ボディパンプ	随時	4/7～R6.3/29
	27	グリット	随時	4/7～R6.3/29
	28	ボディコンバット	随時	4/7～R6.3/29
	29	トーン	随時	4/1～R6.3/30
	30	ボディステップ	随時	4/1～R6.3/30
	31	RPM	随時	4/1～R6.3/30
	32	ボディコンバット	随時	4/1～R6.3/30
	33	スプリント	随時	4/1～R6.3/30
	34	グリット	随時	4/2～R6.3/31
	35	ボディジャム	随時	4/2～R6.3/31
	36	ボディコンバット	随時	4/2～R6.3/31
	37	ボディアタック	随時	4/2～R6.3/31
	38	レズミルズコア	随時	4/2～R6.3/31
	39	ボディバランス	随時	4/2～R6.3/31

曜日	回数	時間	対象	募集人員	会費(円)	月会費(円)
火	30	10:30～11:00	18歳以上	15	700/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
火	30	11:30～12:15	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
火	30	12:45～13:30	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
火	30	18:30～19:00	18歳以上	15	700/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
火	30	19:30～20:15	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
火	30	19:30～20:15	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
火	30	20:30～21:15	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
火	30	20:45～21:30	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
水	30	11:00～11:45	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
水	30	12:15～12:45	18歳以上	15	700/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
水	30	13:15～13:45	18歳以上	15	700/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
水	30	14:15～14:45	18歳以上	15	700/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
水	30	18:30～19:00	18歳以上	15	700/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
水	30	20:45～21:30	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
水	30	21:00～21:30	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
木	30	11:45～12:30	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
木	30	13:00～13:30	18歳以上	15	700/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
木	30	14:00～14:45	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
木	30	18:30～19:15	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
木	30	19:45～20:30	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
木	30	21:00～21:45	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
木	30	21:00～21:45	18歳以上	10	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
金	30	10:15～11:00	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
金	30	11:30～12:15	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
金	30	18:30～19:15	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
金	30	19:30～20:15	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
金	30	20:45～21:15	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
金	30	21:00～21:45	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
土	30	16:45～17:30	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
土	30	18:00～19:00	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
土	30	19:30～20:15	18歳以上	10	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
土	30	20:15～21:00	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
土	30	20:45～21:15	18歳以上	10	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
日	30	10:00～10:30	18歳以上	30	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
日	30	11:00～11:45	18歳以上	30	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
日	30	12:15～13:15	18歳以上	30	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
日	30	13:45～14:45	18歳以上	30	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
日	30	15:15～16:00	18歳以上	30	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
日	30	16:30～17:15	18歳以上	30	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能

会場	No.	教室名	受付日	期間
ア ダ ス ト リ ア み と ア リ ー ナ	40	体操教室A	随時	4/4～R6.3/26
	41	体操教室B	随時	4/4～R6.3/26
	42	体操教室C	随時	4/4～R6.3/26
	43	ゆるめるヨガ	随時	4/4～R6.3/26
	44	シンプルヨガ	随時	4/5～R6.3/27
	45	ペルビクストレッチ	随時	4/5～R6.3/27
	46	やさしい健康ピラティス	随時	4/5～R6.3/27
	47	ハッピーヨガ	随時	4/5～R6.3/27
	48	骨盤調整ヨガ	随時	4/6～R6.3/28
	49	シンプルヨガ	随時	4/7～R6.3/29
	50	リラックスヨガ	随時	4/7～R6.3/29
	51	パワーヨガ	随時	4/1～R6.3/30
	52	げんきクラブ①	随時	4/4～R6.3/26
	53	げんきクラブ②	随時	4/7～R6.3/29
54	ジュニアヒップホップ	随時	4/1～R6.3/30	

曜日	回数	時間	対象	募集人員	会費(円)	
火	30	15:30～16:30	年中・年長	20	7,150/月4回(兄弟割引あり)	
火	30	16:35～17:35	小学1年生・2年生	20	7,150/月4回(兄弟割引あり)	
火	30	17:40～18:40	小学3年生～6年生	20	7,150/月4回(兄弟割引あり)	
火	30	13:00～14:00	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
水	30	10:00～11:00	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
水	30	12:00～13:00	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
水	30	13:30～14:30	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
水	30	19:30～20:30	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
木	30	10:30～11:30	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
金	30	10:15～11:15	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
金	30	14:40～15:40	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
土	30	10:00～11:00	18歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
火	30	10:30～11:30	65歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
金	30	13:00～14:00	65歳以上	15	900/回	①フリーパス会員7,000/月 ②回数券4,400/6回 ※月会費で全ての教室に無制限で参加可能
土	30	10:00～11:00	小学生	15	体験1,100円	8,800/6回

ウ 水泳教室

会場	No.	教室名	1 期		2 期		曜日	回数	
			受付	期 間	受付	期 間			
青柳公園屋内プール	1	成人 A	3/13	4/20～R6.3/12			火・木	75	
	2	フリースイミング	3/13	4/20～R6.3/12			火・木	75	
	3	幼児 A	3/13	4/20～R6.3/12			火・木	75	
	4	小学生低学年A	3/13	4/20～R6.3/12			火・木	75	
	5	中高年健康水泳	3/13	4/19～R6.3/8			水・金	75	
	6	幼児 B	3/13	4/19～R6.3/8			水・金	75	
	7	小学生低学年B	3/13	4/19～R6.3/8			水・金	75	
	8	小学生高学年	3/13	4/19～R6.3/8			水・金	75	
	9	成人C	3/13	4/19～R6.3/8			水・金	75	
	10	水府流	3/13	4/19～R6.3/8			水・金	75	
	11	成人 B	3/13	4/15～R6.3/16			土	40	
	12	マスタリング	3/13	4/15～R6.3/16			土	40	
	13	水中体操&ウォーキング	3/13	4/19～8/23	9/4	11/1～R6.3/13		水	15
小吹運動公園屋内プール	1	中高年健康水泳A	3/6	4/20～R6.3/12			火・木	75	
	2	幼児 A	3/6	4/20～R6.3/12			火・木	75	
	3	小学生低学年A	3/6	4/20～R6.3/12			火・木	75	
	4	小学生高学年	3/6	4/20～R6.3/12			火・木	75	
	5	成人 B	3/6	4/20～R6.3/12			火・木	75	
	6	成人 A	3/6	4/19～R6.3/13			水・金	75	
	7	中高年健康水泳B	3/6	4/19～R6.3/13			水・金	75	
	8	フリースイミング	3/6	4/19～R6.3/13			水・金	75	
	9	幼児 B	3/6	4/19～R6.3/13			水・金	75	
	10	小学生低学年B	3/6	4/19～R6.3/13			水・金	75	
	11	※障害者(児)A	3/6	4/19～R6.3/13			水	40	
	12	※障害者(児)B	3/6	4/14～R6.3/15			金	40	
	13	ちびっこ水なれ	3/6	4/18～8/22	9/4	10/24～R6.3/5		火	15
	14	水中体操&ウォーキング	3/6	4/18～8/22	9/4	10/24～R6.3/5		火	15
	15	ファミリー水なれ	3/6	4/27～8/24	9/4	11/2～R6.3/7		木	15
屋内下野プール	1	水中体操&ウォーキング	4/10	5/12～9/15	9/11	11/10～R6.3/8		金	15
	2	はじめての水球	4/10	5/13～9/16	9/11	11/4～R6.3/2		土	15

※受託事業

時 間	対 象	募集人員	会費(5回分)円
10:00～11:20	18歳以上	60	3,100(2,500)
12:00～13:20	18歳以上	50	1,000(800)
14:50～16:00	4・5歳児	80	2,500
16:20～17:30	小学1年生～3年生	80	2,500
10:00～11:20	60歳以上	60	3,100(2,500)
14:50～16:00	4・5歳児	80	2,500
16:20～17:30	小学1年生～3年生	80	2,500
17:50～19:00	小学4年生～6年生	80	2,500
19:30～20:50	18歳以上	30	3,100(2,500)
19:30～20:50	25m以上泳げる小学生以上の方	20	小学生 2,500 中・高校生 2,800 一般 3,100 (2,500)
10:00～11:20	18歳以上	60	3,100(2,500)
16:30～17:30	入会基準を満たす方	10	2,500
13:00～14:00	18歳以上	30	7,500(6,000)/15回
9:20～10:40	60歳以上	70	3,100(2,500)
14:50～16:00	4・5歳児	80	2,500
16:20～17:30	小学1年生～3年生	80	2,500
17:50～19:00	小学4年生～6年生	80	2,500
19:30～20:50	18歳以上	40	3,100(2,500)
9:20～10:40	18歳以上	40	3,100(2,500)
10:50～12:10	60歳以上	70	3,100(2,500)
12:30～13:50	18歳以上	80	1,000(800)
14:50～16:00	4・5歳児	80	2,500
16:20～17:30	小学1年生～3年生	80	2,500
16:10～17:30	障害者手帳をお持ちで保護者が入水できる方	30	無料
16:10～17:30	障害者手帳をお持ちで保護者が入水できる方	30	無料
11:00～12:00	3歳児	20	7,500/15回
11:00～12:00	18歳以上	25	7,500(6,000)/15回
11:00～12:00	2歳6か月～5歳児と保護者	20組	11,250/15回
12:00～13:00	18歳以上	30	7,500(6,000)/15回
16:15～17:45	小学2年生以上	30	小学生 7,500/15回 中・高校生 8,400/15回 一般 9,300 (7,500)/15回

( )内は65歳以上