

# 令和8年度第1期 水戸市スポーツ教室参加者募集

## 申し込みに関する注意事項

- ・表の受付日時に各会場にて行いますので、会費を添えてお申込みください。
- ・整理券配布時間内に定員を超えた場合は、抽選となります。定員を満たない場合は、随時受付します。  
※整理券を配布する教室は先着順ではございませんので整理券配布時間内にお越しください。
- ・親子体操、幼児体育A・B、小学生体育につきましては、1回目からご参加を希望される方は、各会場初日の1週間前までにお申込みください。  
※親子体操、幼児体育A・B、小学生体育は教室3回目までにお申込みいただければ参加できます。  
詳細につきましてはお問合せください。
- ・妊娠中の方の教室へのご参加はご遠慮ください。
- ・最小開催人数は各教室5名（5組）とします。教室が実施できない場合、事務局よりご連絡します。
- ・18歳以上の教室につきましては高校生を除きます。
- ・参加状況により、教室内容及び時間に変更になる場合がございます。

## 用意する物

- ・会費（10回表示のあるものは10回分の会費を受付時に頂きます。）
- ・保険料（親子体操・幼児A・B・小学生体育のみ）  
※64歳以下2,000円・65歳以上1,200円・小人800円  
ただし、令和8年度各体操教室・水泳教室加入者は除く。

※高齢者特典は令和8年4月1日時点の年齢で65歳以上の方に適用となります。  
※保険料の記載がない教室につきましては、会費に傷害保険料が含まれています。

## 個人情報の取り扱いについて

ご参加にあたっては、以下の事項に同意の上、お申し込み下さい。

### ○ 個人情報の取扱いについて

主催者は、個人情報保護に関する法令を遵守し、適正な管理を行うとともに、個人情報の保護に努める。取得した個人情報は、教室に関する諸連絡に利用するほか、連絡先以外の個人情報並びに教室の映像・写真・記事等は、教室の宣伝等の目的で、ポスター等の宣伝材料、テレビ・ラジオ・新聞・インターネット等の媒体に掲載することがある。これらに同意した上で教室に参加する。

## お問い合わせ

（公財）水戸市スポーツ振興協会  
事業課 健康指導係  
〒310-0913 水戸市見川町2256

【TEL】029-243-0111（代）8:30～21:00  
（月曜日は休園日のため17:15まで）

【TEL】029-241-0704（直）8:30～17:15  
（土日祝日を除く）

【MAIL】maas.kenko-sido@theia.ocn.ne.jp

【H P】maas.or.jp

総合運動公園体育館 (見川町2256 TEL243-0111)

教室名	対象	曜日	回数	期間	時間	定員	会費	保険料	受付会場	受付日時
親子体操	2歳6ヶ月～3歳児の親子 (R4.4/2～R5.10/1)	水	10	4/15～7/1	10:45 ~ 11:45	40組	4,200円	64歳以下 2,000円 65歳以上 1,200円 小人 800円	総合運動公園 体育館	3/16(月) 9:30～随時受付
幼児体育A	3・4歳児(年少・年中児) (R3.4/2～R5.4/1)				14:30 ~ 15:30	50名	3,000円			
幼児体育B	5歳児(年長児) (R2.4/2～R3.4/1)				15:45 ~ 16:45					
小学生体育	小学1・2年生				17:00 ~ 18:00					
レディススポーツ	18歳以上の女性	木	35	4/16～R9.3/11	10:00 ~ 11:30	50名	(10回) 64歳以下 4,000円 65歳以上 3,200円	-		

リリーアリーナMITO (水府町864-6 TEL225-6931)

教室名	対象	曜日	回数	期間	時間	定員	会費	保険料	受付会場	受付日時
幼児体育A	3・4歳児(年少・年中児) (R3.4/2～R5.4/1)	火	10	4/14～6/30	14:30 ~ 15:30	50名	3,000円	800円	リリーアリーナ MITO	3/16(月) 9:30～随時受付
幼児体育B	5歳児(年長児) (R2.4/2～R3.4/1)				15:45 ~ 16:45					
小学生体育	小学1・2年生				17:00 ~ 18:00					
ストレッチヨガ	18歳以上の女性	火	40	4/14～R9.3/9	14:00 ~ 15:00	25名	(10回) 64歳以下 6,000円 65歳以上 4,800円	-	リリーアリーナ MITO	3/10(火) 15:30～15:45 整理券配布
ボディメイク	18歳以上の女性	水	40	4/8～R9.3/10	13:30 ~ 14:30					3/18(水) 15:00～15:15 整理券配布
ベルビクストレッチ	18歳以上の女性	木	40	4/9～R9.3/11	14:00 ~ 15:00					3/12(木) 15:30～15:45 整理券配布
ナイトヨガA	18歳以上	木	40	4/9～R9.3/11	18:30 ~ 19:30					(10回) 64歳以下 6,000円 65歳以上 4,800円
ナイトヨガB					19:45 ~ 20:45					
リラックスヨガ	18歳以上の女性	金	40	4/10～R9.3/12	13:30 ~ 14:40	(10回) 64歳以下 7,000円 65歳以上 5,600円	-	リリーアリーナ MITO	3/6(金) 15:00～15:15 整理券配布	
Zumba®	18歳以上	土	15	4/11～8/8	13:00 ~ 14:00	20名	64歳以下 9,000円 65歳以上 7,200円	-	リリーアリーナ MITO	3/13(金) 18:30～18:45 整理券配布
実年健康づくり	50歳以上	木	35	4/16～R9.3/4	14:00 ~ 15:30	30名	(10回) 64歳以下 4,000円 65歳以上 3,200円	-	リリーアリーナ MITO	3/10(火) 9:30～随時受付
レディススポーツ	18歳以上の女性	金		4/17～R9.3/5	10:00 ~ 11:30					
常澄レディススポーツ	18歳以上の女性	火		4/14～R9.3/16	10:00 ~ 11:30					

小吹運動公園 (小吹町820-2 TEL241-9121)

教室名	対象	曜日	回数	期間	時間	定員	会費	保険料	受付会場	受付日時
らくらくエアロ	18歳以上の女性	火	40	4/14~R9.3/2	10:00 ~ 11:00	20名	(10回) 64歳以下 6,000円 65歳以上 4,800円	-	小吹運動公園	3/10(火) 11:30~11:45 整理券配布
ステップエクササイズA	50歳以上	火	10	4/14~6/23	13:00 ~ 14:00		64歳以下 6,000円 65歳以上 4,800円			3/13(金) 9:30~随時受付
ステップエクササイズB	18歳以上	水	10	4/15~7/1	19:00 ~ 20:00					
kidsダンス	3~5歳児(年少~年長児) (R2.4/2~R5.4/1)	水	10	4/15~7/1	16:00 ~ 17:00	20名	3,000円			
ビホ健康体操A	18歳以上の女性	金	40	4/10~R9.3/5	10:00 ~ 11:30	25名	(10回) 64歳以下 8,500円 65歳以上 6,800円	-	小吹運動公園	3/13(金) 11:00~11:15 整理券配布
ビホ健康体操B					13:30 ~ 15:00					
ビホ健康体操C		木		4/9~R9.3/4	10:00 ~ 11:30					
実年健康づくりA	50歳以上	金	35	4/17~R9.3/5	10:00 ~ 11:30	35名	(10回) 64歳以下 4,000円 65歳以上 3,200円	-	小吹運動公園	3/13(金) 10:00~10:15 整理券配布
実年健康づくりB					14:00 ~ 15:30					

小吹運動公園屋内プール (小吹町820-2 TEL241-9121)

教室名	対象	曜日	回数	期間	時間	定員	会費	保険料	受付会場	受付日時
アクアピクス	18歳以上	木	10	5/7~7/9	13:00 ~ 14:00	35名	4,500円	-	小吹運動公園	3/19(木) 14:30~14:45 整理券配布

内原ヘルスパーク (内原町1384-2 TEL259-6889)

教室名	対象	曜日	回数	期間	時間	定員	会費	保険料	受付会場	受付日時
シェイプアップ	18歳以上	金	5	5/15~6/12	9:30 ~ 11:00	25名	2,500円	-	内原ヘルスパーク	4/10(金) 9:30~随時受付
☆コンディショニングヨガ	18歳以上	木	20	4/16~9/3	①18:30 ~ 19:30 ②19:45 ~ 20:45	65名	(10回) 64歳以下 6,000円 65歳以上 4,800円			3/12(木) 18:30~18:45 整理券配布
幼児体育A	3・4歳児(年少・年中児) (R3.4/2~R5.4/1)	金	10	4/17~6/26	14:30 ~ 15:30	40名	3,000円	800円		3/13(金) 14:00~随時受付
幼児体育B	5歳児(年長児) (R2.4/2~R3.4/1)				15:45 ~ 16:45					

☆コンディショニングヨガ教室につきましては、毎回時間の選択が可能です。①、②のどちらか一方を選びご参加ください。

ケーズデンキスタジアム水戸 (小吹町2058-1 TEL241-8484)

教室名	対象	曜日	回数	期間	時間	定員	会費	保険料	受付会場	受付日時
機能改善ヨガトレ	18歳以上	火	15	4/14~8/4	10:00 ~ 11:00	25名	64歳以下 9,000円 65歳以上 7,200円	-	ケーズデンキスタジアム 水戸	3/16(月) 13:30~13:45 整理券配布
Sintex®A ~肩こり・腰痛・股関節改善体操~							4/14~6/30			
Sintex®B ~肩こり・腰痛・股関節改善体操~		木	4/16~7/2							

下入野健康増進センター (下入野町1944-1 TEL297-8570)

教室名	対象	曜日	回数	期間	時間	定員	会費	保険料	受付会場	受付日時
ママとベビーのスキンシップ	6ヶ月～2歳6ヶ月の親子 (R5.10/1～R7.10/1)	火	10	4/21～6/30	10:00～11:00	15組	4,200円	-	下入野健康増進センター	3/3(火) 9:30～随時受付
Dayタイムヨガ	18歳以上	水	15	4/8～7/29	13:00～14:00	25名	64歳以下 9,000円 65歳以上 7,200円			3/4(水) 12:30～12:45 整理券配布
フェイスシャルヨガ		水	10	4/8～6/24	14:15～15:15		64歳以下 6,000円 65歳以上 4,800円			3/4(水) 13:30～随時受付
ナイトヨガ		水	10	4/8～6/24	19:00～20:00		64歳以下 6,000円 65歳以上 4,800円			3/18(水) 18:30～18:45 整理券配布
Zumba®		木	15	4/9～7/23	19:00～20:00		64歳以下 9,000円 65歳以上 7,200円			3/19(木) 18:30～18:45 整理券配布
シェイプアップ		木	5	5/14～6/11	9:30～11:00	20名	2,500円			4/10(金) 9:30～随時受付
コアトレーニング		金	15	4/10～7/24	9:30～10:30		64歳以下 9,000円 65歳以上 7,200円			3/6(金) 9:30～9:45 整理券配布
らくらくエアロ		金	10	4/10～6/19	18:30～19:30	25名	64歳以下 6,000円 65歳以上 4,800円			3/13(金) 18:00～18:15 整理券配布

下入野健康増進センター屋内プール (下入野町1944-1 TEL297-8570)

教室名	対象	曜日	回数	期間	時間	定員	会費	保険料	受付会場	受付日時
アクアビクス	18歳以上	金	10	4/10～6/19	20:00～21:00	20名	4,500円	-	下入野健康増進センター	3/13(金) 18:00～18:15 整理券配布

申し込みに関する注意事項

- ・表の受付日時に各会場にて行いますので、会費を添えてお申込みください。
- ・整理券配布時間内に定員を超えた場合は、抽選となります。定員を満たない場合は、随時受付します。  
※整理券を配布する教室は先着順ではございませんので整理券配布時間内にお越しください。
- ・親子体操、幼児体育A・B、小学生体育につきましては、1回目からご参加を希望される方は、各会場初日の1週間前までにお申込みください。  
※親子体操、幼児体育A・B、小学生体育は教室3回目までにお申込みいただければ参加できます。詳細につきましてはお問い合わせください。
- ・妊娠中の方の教室へのご参加はご遠慮ください。
- ・最小開催人数は各教室5名(5組)とします。教室が実施できない場合、事務局よりご連絡します。
- ・18歳以上の教室につきましては高校生を除きます。
- ・参加状況により、教室内容及び時間変更になる場合がございます。

用意する物

- ・会費(10回表示のあるものは10回分の会費を受付時に頂きます。)
- ・保険料(親子体操・幼児A・B・小学生体育のみ)  
※64歳以下2,000円・65歳以上1,200円・小人800円 ただし、令和8年度各体操教室・水泳教室加入者は除く。

※高齢者特典は令和8年4月1日時点の年齢で65歳以上の方に適用となります。  
※保険料の記載がない教室につきましては、会費に傷害保険料が含まれています。

個人情報の取り扱いについて

ご参加にあたっては、以下の事項に同意の上、お申し込み下さい。  
○ 個人情報の取扱いについて  
主催者は、個人情報保護に関する法令を遵守し、適正な管理を行うとともに、個人情報の保護に努めます。取得した個人情報は、教室に関する諸連絡に利用するほか、連絡先以外の個人情報並びに教室の映像・写真・記事等は、教室の宣伝等の目的で、ポスター等の宣伝材料、テレビ・ラジオ・新聞・インターネット等の媒体に掲載することがある。これらに同意した上で教室に参加する。

お問い合わせ

(公財) 水戸市スポーツ振興協会 事業課 健康指導係 〒310-0913 水戸市見川町2256  
 [TEL] 029-243-0111 (代) 8:30～21:00 (月曜日は休園日のため17:15まで)  
 [TEL] 029-241-0704 (直) 8:30～17:15 (土日祝日を除く)  
 [MAIL] maas.kenko-sido@theia.ocn.ne.jp  
 [HP] maas.or.jp



(公財) 水戸市スポーツ振興協会HP

ご意見・ご要望をお聞かせください。  
QRコードからご記入ください。

詳しくはこちら

