

【一宮市尾西スポーツセンター】2025年度3期 開催教室・講座

朝ヨガA3						
朝からヨガで心とカラダを整えましょう！柔軟性と筋力アップを目指します。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物 補給水 タオル 運動のできる服装
BG747	15歳以上	30名	¥5,940	7.21.28	11.18	
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全9回	柔道場	火	9:15~10:15	2.9.16.23		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
親子ふれあい体創A3						
五感を刺激し、心と体のふれあい、育みあいを行います。親子仲間の集団活動を促進します。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物 補給水 タオル 運動のできる服装
BG748	1歳〜3歳児とその保護者	30組	¥5,940	7.21.28	11.18	
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全9回	柔道場	火	10:30~11:30	2.9.16.23		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
リセットヨガA3						
心地よくポーズをとって、心と体を開いてリラックスし楽しみます。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物 補給水 タオル 運動のできる服装
BG749	15歳以上	20名	¥5,940	7.21.28	11.18	
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全9回	第2会議室	火	10:30~11:30	2.9.16.23		
申込期間			申込終了			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 定員となりましたので、受付を終了させていただきます。					
ストレッチ&ボディーメンテナンスA3						
ストレッチで体のバランスを整え、自重トレーニングやフィットネスアイテムを使って健康な体を作ります。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物 補給水 タオル 運動のできる服装 運動シューズ
BG750	15歳以上	15名	¥5,940	7.21.28	11.18	
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全9回	第2会議室	火	13:30~14:30	2.9.16.23		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					

わくわくキッズ体操A3						
マット運動、跳び箱、大縄跳びなどを行います。体力とコミュニケーション能力を高めます。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物 補給水 タオル 運動のできる服装 運動シューズ
BG751	年少～年長	30名	¥5,940	7.21.28	11.18	
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全9回	アリーナ	火	16:00～17:00	2.9.16.23		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
こどもトライスポーツ(球技)A3						
球技(フットサル、バスケット等)中心に行います。苦手克服と技術向上を目指します。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物 補給水 タオル 運動のできる服装 運動シューズ
BG752	小学1年生～6年生	30名	¥5,940	7.21.28	11.18	
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全9回	アリーナ	火	17:30～18:30	2.9.16.23		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
はじめてのヨガA3						
ヨガ初心者の方にも安心して参加できる優しいヨガ教室。柔軟できれいな体作りを目指します。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物 補給水 タオル 運動のできる服装
BG753	15歳以上	20名	¥5,940	7.21.28	11.18	
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全9回	第2会議室	火	19:30～20:30	2.9.16.23		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
ますます元気教室A3						
転倒防止、俊敏性、柔軟性トレーニングを行い、健康促進に繋がります。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物 補給水 タオル 運動のできる服装 運動シューズ
BG754	60歳以上	30名	¥4,400	8.15.22.29	5.12.19.26	
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	卓剣場	水	9:00～10:00	3.10		
申込期間			申込終了			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 定員となりましたので、受付を終了させていただきます。					

ますます元気教室B3						
転倒防止、俊敏性、柔軟性トレーニングを行い、健康促進に繋がります。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物 補給水 タオル 運動のできる服装 運動シューズ
BG755	60歳以上	30名	¥4,400	8.15.22.29	5.12.19.26	
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	卓剣場	水	10:20~11:20	3.10		
申込期間			申込終了			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 定員となりましたので、受付を終了させていただきます。					
ベビーマッサージA3						
肌に優しいオイルでベビーマッサージ。愛着関係を築きます。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物 バスタオル 2枚 補給水 (ミルクなど) 運動のできる服装
BG756	生後 2ヶ月～5ヶ月児と保護者	20組	¥6,600	8.15.22.29	5.12.19.26	
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	第2会議室	水	11:30~12:30	3.10		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
親子運動あそび～えくぼ～A3						
体を使った遊びを通して、運動能力を高めます。親子のコミュニケーションにも効果があります。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物 補給水 タオル 運動のできる服装
BG757	1歳半～2歳児と保護者	20組	¥6,600	1.8.22.29	5.12.19.26	
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	柔道場	水	13:45~14:45	3.10		
申込期間			申込終了			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 定員となりましたので、受付を終了させていただきます。					
年少運動あそび～えがお～A3						
走る、跳ぶ、転がる、ぶら下がるなどの動作を遊びの中で身につけます。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物 補給水 タオル 運動のできる服装
BG758	年少	12名	¥8,800	1.8.22.29	5.12.19.26	
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	柔道場	水	16:00~17:00	3.10		
申込期間			申込終了			
申込結果	参加申込み多数の為、抽選となりました。 (当選者番号) B05905 B05943 B06036 B06162 B06232 B06529 B06625 B06894 B07161 B07273 B07282 B07331 定員となりましたので、受付を終了させていただきます。					

ヒップホップダンスA3						
はじめての子も楽しく参加できるダンス教室。積極性や自己表現力が身に付きます。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG759	小学1年生～6年生	20名	¥6,600	8.15.22.29	5.12.19.26	補給水 タオル 運動のできる服装 運動シューズ
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	第2会議室	水	17:00～18:00	3.10		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
ピラティスA3						
体幹（コア）を鍛えるエクササイズ。道具を使って強くてきれいな体を作ります。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG760	15歳以上	20名	¥6,600	8.15.22.29	5.12.19.26	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	第2会議室	水	19:30～20:30	3.10		
申込期間			申込終了			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 定員となりましたので、受付を終了させていただきます。					
フラダンスA3						
音楽にあわせてステップを踏み、幅広くフラダンスを楽しむことができます。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG761	15歳以上	20名	¥6,600	9.16.23.30	6.13.20.27	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	第2会議室	木	9:00～10:00	4.11		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
ズンバA3						
リズムカルなラテン音楽に合わせて、楽しく体を動かしながら脂肪燃焼します。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG762	15歳以上	20名	¥6,600	9.16.23.30	6.13.20.27	補給水 タオル 運動のできる服装 運動シューズ
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	第2会議室	木	10:00～11:00	4.11		
申込期間			申込終了			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 定員となりましたので、受付を終了させていただきます。					

ヒップホップダンス(一般) A3						
はじめての子も楽しく参加できるダンス教室。積極性や自己表現力が身に付きます。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG763	15歳以上	20名	¥6,600	9.16.23.30	6.13.20.27	補給水 タオル 運動のできる服装 運動シューズ
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	第2会議室	木	11:30~12:30	4.11		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
K-POPダンス (一般) A3						
初めての方も楽しく心躍るダンス教室。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG764	15歳以上	20名	¥6,600	9.16.23.30	6.13.20.27	補給水 タオル 運動のできる服装 運動シューズ
回数	会場	曜日	時間	12月		
全10回	第2会議室	木	13:00~14:00	4.11		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
エアロ&ヨガA3						
簡単なエアロビクスと、ストレッチ感覚の優しいヨガで健康できれいな体作りを目指します。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG765	15歳以上	35名	¥6,600	9.16.23.30	6.13.20.27	補給水 タオル 運動のできる服装 運動シューズ
回数	会場	曜日	時間	12月		
全10回	卓剣場	木	13:15~14:15	4.11		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
K-POPダンス (幼児) A3						
初めての方も楽しく心躍るダンス教室。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG766	年少~年長	20名	¥6,600	9.16.23.30	6.13.20.27	補給水 タオル 運動のできる服装 運動シューズ
回数	会場	曜日	時間	12月		
全10回	第2会議室	木	15:45~16:45	4.11		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					

ViPRIエクササイズA3						
筒状の道具を用いた中高強度の全身トレーニング。体幹力と基礎代謝の向上を目指します。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG767	15歳以上	10名	¥6,600	9.16.23.30	6.13.20.27	補給水 タオル 運動のできる服装 運動シューズ
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	第2会議室	木	19:15~20:00	4.11		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
骨盤リセットヨガA3						
骨盤周りの筋肉バランスを整えることで、健康できれいな身体づくりを目指します。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG768	15歳以上	30名	¥6,600	2.9.16.23	6.13.20.27	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	柔道場	木	19:30~20:30	4.11		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
親子運動あそび〜ほっぺ〜A3						
入園前にマット・跳び箱・鉄棒を遊び感覚で楽しく身につけ運動能力を向上させます。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG769	来年度着入園予定のお子様と保護者	20組	¥6,600	3.17.24.31	7.14.21.28	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	柔道場	金	9:30~10:30	5.12		
申込期間			申込終了			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 定員となりましたので、受付を終了させていただきます。					
ピラティスB3						
体幹（コア）を鍛えるエクササイズ。道具を使って強くきれいな体を作ります。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG770	15歳以上	30名	¥6,600	10.17.24.31	7.14.21.28	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	卓剣場	金	9:45~10:45	5.12		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					

親子運動あそび〜えくぼ〜B3						
体を使った遊びを通して、運動能力を高めます。親子のコミュニケーションにも効果があります。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG771	1歳半〜2歳児と保護者	20組	¥6,600	3.17.24.31	7.14.21.28	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	柔道場	金	11:00〜12:00	5.12		
申込期間			申込終了			
申込結果	参加申込み多数の為、抽選となりました。 (当選者番号) B06602 B06732 B06818 B07038 B07086 B07087 B07116 B07125 B07144 B07165 B07168 B07164 B07176 B07184 B07200 B07205 B07208 B07261 B07268 B07279 定員となりましたので、受付を終了させていただきます。					
ベビケーションA3						
タッチケアを通してベビーマッサージやファーストサインを行います。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG772	生後3ヵ月9日〜1歳半までの赤ちゃん	20組	¥6,600	10.17.24.31	7.14.21.28	バスタオル1枚 ミルクやお茶など 水分補給の出来るもの (母乳も可)
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	第2会議室	金	13:00〜14:00	5.12		
申込期間			申込終了			
申込結果	お申込み人数が開催定員に満たない為、 開催中止とさせていただきます。 お申込み頂いたお客様には、申し訳ございませんが、 ご理解頂きます様、よろしくお願いいたします。					
親子運動あそび〜ほっぺ〜B3						
入園前にマット・跳び箱・鉄棒をあそび感覚で楽しく身につけ運動能力を向上させます。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG773	来年度春入園予定のお子様と保護者	20組	¥6,600	3.17.24.31	7.14.21.28	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	柔道場	金	13:15〜14:15	5.12		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
楽しく楽しい筋肉体操A3						
高齢者や運動初心者に向けた、楽しくできる健康体操教室。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG774	15歳以上	35名	¥6,600	10.17.24.31	7.14.21.28	補給水 長いタオル 運動のできる服装 運動シューズ
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	卓剣場	金	13:30〜14:30	5.12		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					

ボクシングフィットネスA3						
ボクシングのプログラムを使って各身体部位を効果的に引き締めます。ストレス発散にも効果的です。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG775	15歳以上	20名	¥6,600	17.24.31	7.14.21.28	補給水 タオル 運動のできる服装 運動シューズ
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	第2会議室	金	19:30~20:30	5.12.19		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。					
	尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
ベーシックヨガA3						
ヨガのポーズで健康な体作りを目指します。少しずつ難易度を上げて行います。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG776	15歳以上	20名	¥6,600	11.18.25	1.8.15.22.29	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	第2会議室	土	10:00~11:00	6.13		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。					
	尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
美BodyピラティスA3						
体幹を強化し、美しい姿勢と引き締まったしなやかな身体を目指します。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物
BG777	15歳以上	20名	¥6,600	11.18.25	1.8.15.22.29	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
全10回	第2会議室	土	19:50~20:50	6.13		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。					
	尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					

幼児体育教室A						
運動遊びと器械体操を中心に、身体能力向上と技術向上を目指します。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物 補給水 タオル 運動のできる服装 運動シューズ
	年中・年長	20名	¥4,400/月	1.8.15.22.29	5.12.19.26	
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
年47回	卓剣場	水	15:45~16:45	3.10.14.17.24		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					
トライ体育教室A						
体幹トレーニングと器械体操を中心に、身体能力向上と技術向上を目指します。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物 補給水 タオル 運動のできる服装 運動シューズ
	小学1年生~4年生	20名	¥4,400/月	1.8.15.22.29	5.12.19.26	
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
年47回	柔道場	水	17:30~18:30	3.10.14.17.24		
申込期間			受付終了			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 定員となりましたので、受付を終了させていただきます。					
ヒップホップダンスB						
ダンスをこれから継続したいお子さんにオススメです。積極性や自己表現が身に付きます。						
受講コード	対象	定員	参加費	10月	11月	持ち物 補給水 タオル 運動のできる服装 運動シューズ
	小学3年生~高校3年生	20名	¥4,400/月	8.15.22.29	5.12.19.26	
回数	会場	曜日	時間	12月	1月	
年40回	第2会議室	水	18:15~19:15	3.10		
申込期間			随時申込			
申込結果	お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。					