

【一宮市尾西スポーツセンター】2025年度4期 開催教室・講座

朝ヨガA4						
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	12月	1月	持ち物
BG778	15歳以上	30名	¥6,600		20.27	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	2月	3月	
全10回	柔道場	火	9:15~10:15	3.10.17	3.10.17.24.31	
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A4						
五感を刺激し、心と体のふれあい、育みあいをしします。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	12月	1月	持ち物
BG779	1歳～3歳児とその保護者	30組	¥6,600		20.27	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	2月	3月	
全10回	柔道場	火	10:30~11:30	3.10.17	3.10.17.24.31	
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A4						
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めます。						
受講コード	対象	定員	参加費	12月	1月	持ち物
BG780	15歳以上	20名	¥6,600		20.27	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	2月	3月	
全10回	第2会議室	火	10:30~11:30	3.10.17	3.10.17.24.31	
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A4						
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	12月	1月	持ち物
BG781	15歳以上	15名	¥6,600		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	2月	3月	
全10回	第2会議室	火	13:30~14:30	3.10.17	3.10.17.24.31	
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A4						
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	12月	1月	持ち物
BG782	年少~年長	30名	¥6,600		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	2月	3月	
全10回	アリーナ	火	16:00~17:00	3.10.17	3.10.17.24.31	
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)A4						
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	12月	1月	持ち物
BG783	小学1年生～6年生	30名	¥6,600		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	2月	3月	
全10回	アリーナ	火	17:30～18:30	3.10.17	3.10.17.24.31	
申込期間			随時申込			
申込結果	<p>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。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>					
はじめてのヨガA4						
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	12月	1月	持ち物
BG784	15歳以上	20名	¥6,600		20.27	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	2月	3月	
全10回	第2会議室	火	19:30～20:30	3.10.17	3.10.17.24.31	
申込期間			随時申込			
申込結果	<p>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。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>					
ますます元気教室A4						
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	12月	1月	持ち物
BG785	60歳以上	30名	¥4,400		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	2月	3月	
全10回	卓剣場	水	9:00～10:00	4.18.25	4.11.18	
申込期間			申込終了			
申込結果	<p>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。</p>					
ますます元気教室B4						
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	12月	1月	持ち物
BG786	60歳以上	30名	¥4,400		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	2月	3月	
全10回	卓剣場	水	10:20～11:20	4.18.25	4.11.18	
申込期間			申込終了			
申込結果	<p>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。</p>					
ベビーマッサージA4						
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	12月	1月	持ち物
BG787	生後2ヵ月～9ヵ月(1歳未満)	20組	¥6,600		7.14.21.28	バスタオル2枚 補給水 (ミルクなど) 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	2月	3月	
全10回	第2会議室	水	11:30～12:30	4.18.25	4.11.18	
申込期間			随時申込			
申込結果	<p>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。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>					

親子運動あそび〜えくぼ〜A4						
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	12月	1月	持ち物
BG788	1歳半〜2歳児と保護者	20組	¥6,600		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	2月	3月	
全10回	柔道場	水	13:45〜14:45	4.18.25	4.11.18	
申込期間			申込終了			
申込結果	<p>参加申込多数の為、抽選となりました。</p> <p>(当選者番号)</p> <p>B06787 B06852 B06945 B06955 B06970 B07031 B07040 B07091</p> <p>B07106 B07120 B07135 B07139 B07166 B07194 B07254 B07281</p> <p>B07324 B07387 B07401 B07411</p> <p>定員となりましたので、受付を終了させていただきます。</p>					
年少運動あそび〜えがお〜A4						
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	12月	1月	持ち物
BG789	年少	12名	¥8,800		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	2月	3月	
全10回	柔道場	水	16:00〜17:00	4.18.25	4.11.18	
申込期間			申込終了			
申込結果	<p>参加申込み多数の為、抽選となりました。</p> <p>(当選者番号)</p> <p>B05877 B05943 B06007 B06162 B06187 B06416 B06521 B06763 B07388 B07413</p> <p>B07416 B07421</p> <p>定員となりましたので、受付を終了させていただきます。</p>					
ヒップホップダンスA4						
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	12月	1月	持ち物
BG790	小学1年生〜6年生	20名	¥6,600		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	2月	3月	
全10回	第2会議室	水	17:00〜18:00	4.18.25	4.11.18	
申込期間			随時申込			
申込結果	<p>お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。</p> <p>追加募集を行っております。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>					
ピラティスA4						
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	12月	1月	持ち物
BG791	15歳以上	20名	¥6,600		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	2月	3月	
全10回	第2会議室	水	19:30〜20:30	4.18.25	4.11.18	
申込期間			随時申込			
申込結果	<p>お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。</p> <p>追加募集を行っております。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>					
フラダンスA4						
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	12月	1月	持ち物
BG792	15歳以上	20名	¥6,600		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	2月	3月	
全10回	第2会議室	木	9:00〜10:00	5.19.26	5.12.19	
申込期間			随時申込			
申込結果	<p>お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。</p> <p>追加募集を行っております。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>					

ズンバA4						
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	12月	1月	持ち物
BG793	15歳以上	20名	¥6,600		8.15.22.29	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	2月	3月	
全10回	第2会議室	木	10:00~11:00	5.19.26	5.12.19	
申込期間			申込終了			
申込結果	<p>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。</p>					
ヒップホップダンス（一般）A4						
初めての方も楽しく参加できるダンス教室。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	12月	1月	持ち物
BG794	15歳以上	20名	¥6,600		8.15.22.29	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	2月	3月	
全10回	第2会議室	木	11:30~12:30	5.19	5.12.19.26	
申込期間			随時申込			
申込結果	<p>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。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>					
K-POPダンス（一般）A4						
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	12月	1月	持ち物
BG795	15歳以上	20名	¥6,600		8.15.22.29	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	2月	3月	
全10回	第2会議室	木	13:00~14:00	5.19	5.12.19.26	
申込期間			申込終了			
申込結果	<p>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。</p> <p>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。</p>					
エアロ&ヨガA4						
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	12月	1月	持ち物
BG796	15歳以上	35名	¥6,600		8.15.22.29	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	2月	3月	
全10回	卓剣場	木	13:15~14:15	5.19.26	5.12.19	
申込期間			随時申込			
申込結果	<p>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。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>					
K-POPダンス(幼児)A4						
K-POP音楽に合わせてダンスの基礎を学びます。みんなで楽しくダンスしましょう。						
受講コード	対象	定員	参加費	12月	1月	持ち物
BG797	年少～年長	20名	¥6,600		8.15.22.29	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	2月	3月	
全10回	第2会議室	木	15:45~16:45	5.19	5.12.19.26	
申込期間			随時申込			
申込結果	<p>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。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>					

ViPRエクササイズA4						
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	12月	1月	持ち物
BG798	15歳以上	10名	¥6,600		8.15.22.29	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	2月	3月	
全10回	第2会議室	木	19:15～20:00	5.19.26	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。					
骨盤リセットヨガA4						
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	12月	1月	持ち物
BG799	15歳以上	30名	¥6,600		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	2月	3月	
全10回	柔道場	木	19:30～20:30	5.19.26	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。					
親子運動あそび～ほっぺ～A4						
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	12月	1月	持ち物
BG800	来年度春入園予定のお子様と保護者	20組	¥6,600		9.16.23.30	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	2月	3月	
全10回	柔道場	金	9:30～10:30	6.13.20.27	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。					
ピラティスB4						
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	12月	1月	持ち物
BG801	15歳以上	30名	¥6,600		9.16.23.30	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	2月	3月	
全10回	卓剣場	金	9:45～10:45	6.13.20.27	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。					
親子運動あそび～えくぼ～B4						
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	12月	1月	持ち物
BG802	1歳半～2歳児と保護者	20組	¥6,600		9.16.23.30	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	2月	3月	
全10回	柔道場	金	11:00～12:00	6.13.20.27	6.13	
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 B06893 B07086 B07087 B07116 B07125 B07144 B07165 B07168 B07176 B07183 B07184 B07205 B07208 B07215 B07268 B07279 B07353 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A4						
タッチケアを通じ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	12月	1月	持ち物
BG803	生後3ヶ月から1歳半までの赤ちゃんの保護者	20組	¥6,600		9.16.23.30	バスタオル1枚 補給水 (ミルクなど) 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	2月	3月	
全10回	第2会議室	金	13:00~14:00	6.13.20.27	6.13	
申込期間			随時申込			
申込結果	<p>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。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>					
親子運動あそび〜ほっぺ〜B4						
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	12月	1月	持ち物
BG804	来年度春入園予定のわが子様と保護者	20組	¥6,600		9.16.23.30	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	2月	3月	
全10回	柔道場	金	13:15~14:15	6.13.20.27	6.13	
申込期間			随時申込			
申込結果	<p>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。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>					
楽しく楽しい筋肉体操A4						
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	12月	1月	持ち物
BG805	15歳以上	35名	¥6,600		9.16.23.30	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	2月	3月	
全10回	卓卓場	金	13:30~14:30	6.13.20.27	6.13	
申込期間			随時申込			
申込結果	<p>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。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>					
ボクシングフィットネスA4						
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	12月	1月	持ち物
BG806	15歳以上	20名	¥6,600		9.16.23.30	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	2月	3月	
全10回	第2会議室	金	19:30~20:30	6.13.20.27	6.13	
申込期間			随時申込			
申込結果	<p>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。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>					
ベーシックヨガA4						
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	12月	1月	持ち物
BG807	15歳以上	20名	¥6,600		17.24.31	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	2月	3月	
全10回	第2会議室	土	10:00~11:00	7.14.21.28	7.21.28	
申込期間			随時申込			
申込結果	<p>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。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>					

美BodyピラティスA4						
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	12月	1月	持ち物
BG808	15歳以上	20名	¥6,600		10.17.24	補給水 タオル 運動のできる服装
回数	会場	曜日	時間	2月	3月	
全10回	第2会議室	土	19:50~20:50	7.14.21.28	7.14.21	
申込期間			随時申込			
申込結果		<p>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。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>				
幼児体育教室A						
運動遊びと器械体操を中心に行い、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	12月	1月	持ち物
	年中・年長	20名	¥4,400/月		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	2月	
年47回	卓剣場	水	15:45~16:45	4.18.25	4.11.18.25	
申込期間			随時申込			
申込結果		<p>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。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>				
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行い、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	12月	1月	持ち物
	小学1年生~4年生	20名	¥4,400/月		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	2月	
年47回	柔道場	水	17:30~18:30	4.18.25	4.11.18.25	
申込期間			申込終了			
申込結果		<p>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。</p>				
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	12月	1月	持ち物
	小学3年生~高校3年生	20名	¥4,400/月		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	2月	
年40回	第2会議室	水	18:15~19:15	4.18.25	4.11.18	
申込期間			随時申込			
申込結果		<p>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。</p> <p>尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。</p>				