

長久手スポーツ教室 年間教室紹介

令和7年度 杵ヶ池体育館

● 仮申込について ●
(定員を超えた場合は抽選)

申込期間 第1期: 3/11(火) 9:00~3/25(火) 21:00
第2期: 7/8(火) 9:00~7/21(月・祝) 21:00
第3期: 11/11(火) 9:00~11/24(月・祝) 21:00

結果発表 第1期: 3/28(金) 10:00~
第2期: 7/25(金) 10:00~
第3期: 11/28(金) 10:00~

※月曜は休館の為、WEBからのお申込みが可能です。

体験会開催!

※申込開始 3/1(土)《窓口》10:00~《電話》12:00~※先着順
申込方法: 窓口にて直接申込・電話申込 ※市内・市外は問いません。
持ち物: 運動できる服装、飲み物、タオル

新年少さんあつまれ! うきうき体操教室 講師: ハマダスポーツ企画	開催日 3/12(水) 16:00~17:00 定員 20名 対象 新年少 施設 柔剣道場 参加費(税込) 500円	
作ってあそび! ロボ★キッズ教室 講師: bR-Crew	開催日 3/20(木) 10:00~11:30 定員 10名 対象 新1年~新6年生 ※新1年生は保護者付添必須 施設 会議室 参加費(税込) 1,500円※材料費込	
早起きをルーティンに! おはよう! 親子リズム体操 講師: 澤	開催日 4/17(木) 9:20~10:10 定員 20組 対象 2・3歳児と保護者 施設 柔剣道場 参加費(税込) 500円	
体幹強化! バランスボール de 姿勢改善 講師: Kayo	開催日 4/11(金) 9:20~10:20 定員 20名 対象 一般 施設 柔剣道場 参加費(税込) 500円 持ち物 バランスボール・ヨガマット又はバスタオル ※貸出希望の方は要予約	
ダンス未経験 OK! サルセッション 講師: 高井	開催日 4/11・18・25(金) 10:45~11:45 定員 20名 対象 一般 施設 柔剣道場 参加費(税込) 1,500円/3回 持ち物 室内シューズ	

子ども&親子教室案内

対象: 親子参加 幼児 幼児~小学生 小学生 中学生

持ち物: 運動できる服装、タオル、飲み物 (全教室共通)

お申込みはこちらから▶

エンジョイイニバス

講師: 伊藤

“一緒にバスケしよう!” 運動能力、コミュニケーション力、自分で考える力もつきます!

曜日/時間	木/18:10~19:10
定員	25名
回数	10回
期	1期 4/17~6/26 2期 9/18~11/20 3期 1/8~3/12
対象	小4~小6
参加費(税込)	7,700円
持ち物	室内シューズ ボール(5号)

ジュニア体育A・B

講師: 桒ラボール

身体能力、運動能力が著しく発達する貴重な年代です。この時期に多くの運動量を確保して成功体験を増やし、自信をつけながら楽しく運動に取り組もう!

曜日/時間	土/①9:15~10:15 ②10:30~11:30
定員	各30名
回数	10回
期	1期 7/12~9/20
対象	小1~小3
参加費(税込)	7,700円

親子ショートテニス

講師: ハマダスポーツ企画

曜日/時間	土/10:00~11:30
対象	小1~3年と保護者
回数	1~2期 10回 3期 8回
期	1期 4/26~8/9, 2期 8/30~12/27 3期 1/24~3/28
定員	10組
参加費(税込)	1~2期 7,700円 3期 6,160円
持ち物	室内シューズ

うきうき体操教室A・B

講師: ハマダスポーツ企画

曜日/時間	水/A 15:15~16:15, B 16:30~17:30
対象	年少
回数	10回
期	1期 4/16~6/25, 2期 9/3~11/5 3期 12/17~3/4
定員	各20名
参加費(税込)	7,700円

ジュニア硬式テニス

講師: 瀬戸テニスクラブ

テニスを通して、できた時の達成感やうまくなるとする向上心、自分で考える力を養い成長しよう!

曜日/時間	土/9:15~10:45
定員	15名
回数	10回
期	1期 4/26~7/5 2期 9/20~11/22 3期 12/20~2/28
対象	小4~小6
参加費(税込)	7,700円
持ち物	ラケット シューズ

バレーボール教室

講師: 鈴木

経験がなくてもバレーボールに興味があれば大歓迎! みんなで楽しくバレーボールをはじめよう!

曜日/時間	土/15:00~17:00
定員	40名
回数	1~2期 10回, 3期 8回
期	1期 4/26~8/9 2期 9/13~12/13 3期 1/24~3/28
対象	小4~小6
参加費(税込)	1~2期 7,700円 3期 6,160円
持ち物	室内シューズ

エンジョイバドミントン

講師: スポーツ協会バドミントン部

未経験の方も中学生も大歓迎! 一緒にエンジョイしましょう!

曜日/時間	金/19:00~21:00
定員	40名
回数	10回
期	2期 9/5~11/21 3期 1/9~3/13
対象	中学生~一般
参加費(税込)	7,700円
持ち物	ラケット 室内シューズ

【金】【土】 ぐんぐんキッズ体操教室

講師: IT シンセリシティ

曜日/時間	金/①15:30~16:30 ②16:45~17:45 土/①9:15~10:15 ②10:45~11:45
定員	各30名
対象	①年中 ②年長
回数	8回
期	金/1期 5/9~6/27, 2期 10/3~11/21, 3期 1/9~2/27 土/1期 5/10~6/28, 2期 10/11~12/6, 3期 1/10~2/28
参加費(税込)	6,160円

キッズポールスポーツ

講師: みんなの運動部

遊びやトレーニングを通して、サッカー・ドッジボール・バレーボールなど、様々な競技に慣れる楽しさを味わいながら学びます。子ども達が交流を深め、友達と成長し、大人になってもスポーツを楽しむきっかけ作りの教室です。

曜日/時間	日/①9:10~10:05 ②10:20~11:20
対象	①年長・小1 ②小2・小3
回数	8回
期	1期 5/18~7/6 2期 9/7~11/30 3期 1/11~3/15
定員	各25名
参加費(税込)	4,400円
持ち物	室内シューズ ボール(4号サッカー又はバレーボール)
場所	東小体育館

成人教室・フィットネスプログラム案内

体力をつけたい！ダイエットをしたい！など
あなたのライフスタイルに合わせた教室に参加してみませんか？

持ち物（全教室共通）：運動できる服装、タオル、飲み物

火曜日 ストレス発散で気持ち良く1日のスタートをきろう！

ピラティス

講師：長尾

インナーマッスを活性化させながら全身の運動性を高め、姿勢の改善・呼吸や内臓機能の向上、自律神経を整えることができます。継続することで体の変化が分かります！

曜日/時間 火/9:30～10:20
定員 30名 対象 一般
回数 10回 参加費(税込) 7,700円
期 1期 5/13～7/15
2期 9/2～12/16
3期 1/6～3/24 持ち物 ピラティス用マット(厚さ1.5～2cm程度)

はじめてのピラティス

講師：長尾

はじめてピラティスを始めるなら秋ヶ池体育館で！丁寧に分かりやすい指導で無理なく続けることができます！

曜日/時間 火/10:30～11:20
定員 30名 対象 一般
回数 10回 参加費(税込) 7,700円
期 1期 5/13～7/15
2期 9/2～12/16
3期 1/6～3/24 持ち物 ピラティス用マット(厚さ1.5～2cm程度)

水曜日 目指せ！自分の理想のカラダ！

エアロビクス

講師：田中

音楽に合わせて有酸素運動！筋トレやストレッチも含んだ大満足プログラム！

曜日/時間 水/10:00～11:15
定員 35名 対象 一般
回数 10回 参加費(税込) 7,700円
期 1期 4/16～7/2
2期 9/17～11/19
3期 12/17～3/11 持ち物 室内シューズ

硬式テニス教室(基礎)

講師：女子テニス選手

初心者の方も丁寧に指導しますので安心してご参加ください！

曜日/時間 水/9:00～11:00
定員 15名 対象 一般
回数 10回 参加費(税込) 7,700円
期 1期 4/23～7/2
2期 9/3～11/5
3期 12/17～3/4 持ち物 ラケットシューズ

通年教室「ロボキッズ教室」のご紹介

学年が違っても一緒に講座を受けることで増える社会性。モノづくりを楽しむプログラミングの思考やロボット改造で身につく創造力。安心して失敗することが出来る環境でチャレンジしてみませんか？

曜日/時間 木/18:00～19:30
定員 15名 対象 小1～小6
回数 月2回 参加費(税込) 4,400円/月 ※別途教材費
講師 bR-Crew 小野寺 申込は窓口にて 開催日はお問い合わせください

木曜日 継続は力なり！アクティブに動いてリフレッシュしましょう！

petit yoga

講師：杉浦

曜日/時間 木/10:30～11:45
定員 40名 対象 一般
回数 8回 参加費(税込) 6,160円
期 1期 5/8～6/26 持ち物 ヨガマット

Yoga

講師：杉浦

曜日/時間 木/10:30～11:45
定員 40名 対象 一般
回数 8回 参加費(税込) 6,160円
期 2期 10/9～11/27 持ち物 ヨガマット

バドミントン教室

講師：スポーツ協会バドミントン部

日頃の運動不足解消、健康作りにもおすすめです！

曜日/時間 木/9:30～11:30
定員 30名 対象 一般
回数 10回 参加費(税込) 7,700円
期 1期 4/17～6/26 持ち物 ラケット室内シューズ

【木曜】硬式テニス

講師：瀬戸テニスクラブ

テニスを通じて男女問わず仲間と楽しみ、心も体もリフレッシュ！

曜日/時間 木/13:15～14:45
定員 20名 対象 一般
回数 10回 参加費(税込) 7,700円
期 1期 4/24～7/3
2期 9/18～11/20
3期 12/18～2/26 持ち物 ラケットシューズ

大人のバスケ教室

講師：伊藤

初心者から楽しくやりたい！バスケがあるけどまだ始めたい！バスケ仲間を作りたい！

曜日/時間 木/19:20～20:50
定員 25名 対象 一般
回数 10回 参加費(税込) 7,700円
期 1期 4/17～6/26
2期 9/18～11/20
3期 1/8～3/12 持ち物 室内シューズボール(女性6号・男性7号)

金曜日

身体の機能改善が大切！教室で友だち作りもできます♪

【金曜】硬式テニス

講師：瀬戸テニスクラブ

曜日/時間 金/13:15～14:45
定員 20名 対象 一般
回数 10回 参加費(税込) 7,700円
期 1期 4/25～7/4
2期 9/19～11/21
3期 12/19～2/27 持ち物 ラケットシューズ

エンジョイバドミントン

講師：スポーツ協会バドミントン部

曜日/時間 金/19:00～21:00
定員 40名 対象 中学生～一般
回数 10回 参加費(税込) 7,700円
期 2期 9/5～11/21
3期 1/9～3/13 持ち物 ラケット室内シューズ

バランスボールde姿勢改善

講師：Kayo

生活の中で気付かないうちに姿勢が悪くなっています。バランスボールで正しい姿勢を身につけると体幹も強化されていきます！

曜日/時間 金/9:20～10:20
定員 20名 対象 一般
回数 10回 参加費(税込) 7,700円
期 1期 5/9～7/11
2期 9/19～11/21
3期 1/9～3/13 持ち物 バランスボールヨガマット又はバスタオル

いきいき脳活体操

講師：松矢

みんなで楽しく脳活！自然と笑顔と笑い声が広がります♪

曜日/時間 金/10:00～11:00
定員 20名 対象 一般
回数 8回 参加費(税込) 6,160円
期 1期 5/2～7/4
2期 9/5～11/7
3期 12/19～2/27

サルセッション

講師：高井

様々なジャンルの曲で体を機能的に動かすダンスフィットネス！男女年齢関係なくできます！

曜日/時間 金/10:45～11:45
定員 20名 対象 一般
回数 10回 参加費(税込) 7,700円
期 1期 5/9～7/11
2期 9/5～11/7
3期 12/12～2/20 持ち物 室内シューズ

土曜日

プロから学んで習得しよう！

【土曜】硬式テニス

講師：瀬戸テニスクラブ

テニスを通じて男女問わず仲間と楽しみ、心も体もリフレッシュ！

曜日/時間 土/13:15～14:45
定員 24名 対象 一般
回数 10回 参加費(税込) 7,700円
期 1期 4/26～7/5
2期 9/20～11/22
3期 12/20～2/28 持ち物 ラケットシューズ

弓道

講師：スポーツ協会弓道部

弓道の所作を含めて学ぶことができます。初めての方やブラコンがある方もお気軽にご参加ください！

曜日/時間 土/9:30～11:30
定員 15名 対象 一般
回数 8回 参加費(税込) 4,400円
期 1期 5/10～6/28 持ち物 ※弓具は貸与します

①お申込み



WEBまたは窓口にてお申込みください。自動送信にて「登録番号」をメールアドレスにお送りします。

②結果確認



抽選結果を必ずご自身でご確認ください。発表方法：秋ヶ池体育館HP、Instagram、館内掲示

③お支払い



参加教室の初日開講日の2週間前までに秋ヶ池体育館窓口にてお支払いください。

教室参加

秋ヶ池体育館

施設紹介

トレーニングジム

1回160円

※長久手市内在住・在勤・在学の方室内シューズをご持参ください



卓球室

1時間160円

ラケット・ボールはご持参ください



お気軽にお問い合わせください

TEL 0561-63-1000 FAX 0561-63-7598

〒480-1116 長久手市秋ヶ池1001番地 秋ヶ池体育館(指定管理者 ハマダスポーツ企画株式会社)
HP: <https://www.hamada-sports.com/nagakute/>
開館時間：火曜日～土曜日/午前9時から午後9時、日曜日・祝日/午前9時から午後5時まで(受付は閉館30分前で終了します)
定休日：月曜日・年末年始(12月28日～1月4日) 閉館(月曜日が祝日の場合は翌平日が閉館)

HP Instagram

