宝が池運動施設
体育館 教室一覧

月曜 フットサル

フットサルを通して様々な楽しさを感じて
いただくことを第一に指導しています♪
未経験の方も経験者の方も大歓迎です！

初回体験料金：1100円

5歳～未就学児　15:10～16:00
小1～小3年生　16:15～17:15
小4～小6年生　17:30～18:45

火曜 卓球

卓球は身体全体の運動機能を向上させる生涯
スポーツです。軽快でリズミカルなラリー体感し、
楽しく健康に技術向上を目指しましょう！

初回体験料金：1650円

※16歳以上の方が対象です

①　9:00～10:45
②　11:00～12:45

水曜 筋力トレーニング

健康寿命を延ばすことを目的として、
筋力トレーニングを中心にステップや
脳トレなど様々なメニューを行っています！

初回体験料金：1100円

※65歳以上の方が対象です

11:45～12:45

水・金曜 はつらつ筋トレ

ストレッチ・有酸素運動・筋力トレーニングを
組み合わせたレッスンです♪
楽しく身体を動かしましょう！

初回体験料金：800円

※65歳以上の方が対象です

水曜日　10:30～11:30
金曜日①　9:30～10:30
金曜日②　10:45～11:45

金曜 バドミントン

バドミントンを始めたばかりの方から、
基本を一通りマスターした方のレベルアップまで
幅広く指導させていただきます

初回体験料金：1650円

※16歳以上の方が対象です

9:00～11:00

金曜 ソフトテニス

技術、経験豊富な講師が指導いたします！
経験者の方を対象に更なるスキルアップを
目指す教室です♪

初回体験料金：1650円

※小4～中学生で経験者の方が対象です

19:00～21:00

✦詳細については 075-746-3222 までお気軽にお問合せください✦