

# 2025年度 掛スポプログラム一覧【北地区】

◆開催時間、会場、定員等は、予告なく変更される場合がございます。

2024/1/9現在

◆「赤字」印の部分は2025年度の変更箇所となります。

◆南地域（旧大東・旧大須賀）開催教室は仮申込がございません。3月6日（木）通常受付より掛川市南体育館し〜すばにてお申し込みください。

## 赤字

・・・前年度からの変更箇所

| 曜日               | 教室名                   | 時間          | 会場           | 体験  | 年間回数 | 休講月   | 月会費   | グッズ   | 定員                    | 対象                    | 指導者  | 備考                               |               |
|------------------|-----------------------|-------------|--------------|-----|------|-------|-------|-------|-----------------------|-----------------------|--|----------------------------------|---------------|
| 月                | 硬式テニス入門・初級A           | 9:00~10:30  | アリーナ         | ABC | X    | 33回   | 8月    | 4,800 | X                     | 12                    | 成人男女   | (公財)日本プロテニス協会 認定コーチ 他            |               |
|                  | 硬式テニス入門・初級B           | 10:40~12:00 | アリーナ         | ABC | X    | 33回   | 8月    | 4,800 | X                     | 12                    | 成人男女   | (公財)日本プロテニス協会 認定コーチ 他            |               |
|                  | ※ジュニア硬式テニス入門(さんりー女)   | 16:30~17:30 | アリーナ         | AB  | X    | 33回   | 8月    | 4,800 | X                     | 16                    | 小学生の男女   | (公財)日本プロテニス協会 認定コーチ 他            | ※2025年度まで休講予定 |
|                  | ※ジュニア硬式テニス初級(さんりー女)   | 17:30~18:30 | アリーナ         | AB  | X    | 33回   | 8月    | 4,800 | X                     | 16                    | 小学生の男女(入門からの進級者のみ)                                 | (公財)日本プロテニス協会 認定コーチ 他            | ※2025年度まで休講予定 |
|                  | ジュニアパドミントン入門・初級       | 16:30~18:00 | アリーナ         | CD  | O    | 36回   | X     | 4,800 | X                     | 26                    | 小学3年生~小学6年生の男女                                     | 掛川市パドミントン協会                      |               |
|                  | とくとく長寿体操(さんりー女)       | 10:00~11:30 | 武道場          | 全面  | O    | 36回   | X     | 3,500 | X                     | 30                    | 成人男女(中高年向き)  | 露木裕子(健康運動指導士)                    |               |
|                  | フーパサークル               | 13:15~15:15 | アリーナ         | CD  | O    | 36回   | X     | 2,000 | X                     | 100                   | 成人男女   | 掛スボ登録指導者                         |               |
|                  | 健やかヨガ                 | 13:30~14:30 | 武道場          | 全面  | O    | 36回   | X     | 3,500 | X                     | 30                    | 成人男女(初心者大歓迎)                                       | 徳木のりこ(日本フィットネス協会公認インストラクターコース修了) |               |
|                  | キッズ・ジュニアクラシックバレエ入門・初級 | 17:00~18:00 | スタジオ         | 側   | O    | 36回   | X     | 4,800 | O                     | 20                    | 年中~3年生の女子  | 大堤恵美(バレエスタジオおおは)                 |               |
|                  | 空手道                   | 19:00~21:00 | 武道場          | 東側  | O    | 36回   | X     | 3,500 | X                     | 35                    | 年少以上の男女  | 中山慎(公益社団法人日本空手協会 掛川支部)           |               |
|                  | キッズフィットネス             | 15:30~16:20 | スタジオ         | 必須  | 33回  | 8月    | 3,500 | X     | 12                    | 年中・年長の男女              | 真野まり子(公社)日本エアロビクス連盟 指導者委員、テクニカルアドバイザー、技能検定員、A級審判委員 |                                  |               |
|                  | ジュニアフィットネス            | 16:30~17:30 | 武道場          | 全面  | 必須   | 33回   | 8月    | 3,500 | O                     | 20                    | 小学1~4年生の男女   |                                  |               |
|                  | 親子だいそう教室              | 11:00~12:00 | 研修室          | 全面  | O    | 36回   | X     | 4,800 | X                     | 15組                   | 1歳~未就園児の親子   | カワイ体育教室                          |               |
|                  | 美体体操                  | 13:00~14:00 | 研修室          | 全面  | O    | 36回   | X     | 3,500 | X                     | 20                    | 成人男女   | Marko                            |               |
|                  | シニアヨガ                 | 14:45~15:45 | 武道場          | 全面  | 体験授業 | 36回   | X     | 3,500 | X                     | 14                    | 成人男女(中高年向き)  | 徳木のりこ(CFPA認定シニアヨガインストラクター)       |               |
|                  | ジュニアバレーボール(5・6年)      | 19:00~20:30 | アリーナ         | C   | O    | 36回   | X     | 3,800 | O                     | 30                    | 小学5・6年生の男女   | 掛スボ登録指導者                         |               |
|                  | ※ジュニアバレーボール(中学男子)     | 19:00~21:00 | アリーナ         | A   | 必須   | 36回   | X     | 3,800 | O                     | 20                    | 中学生の男子(バレー部に所属又は経験者)                               | 掛スボ登録指導者                         | ※2025年度まで休講予定 |
|                  | ※ジュニアバレーボール(中学女子)     | 19:00~21:00 | アリーナ         | B   | 必須   | 36回   | X     | 3,800 | O                     | 20                    | 中学生の女子(バレー部に所属)                                    | 掛スボ登録指導者                         | ※2025年度まで休講予定 |
|                  | 硬式テニスサークル(さんりー女)      | 13:30~15:30 | アリーナ         | ABC | O    | 33回   | 8月    | 3,000 | X                     | 20                    | 成人男女(経験者のみ)  | 掛スボ登録指導者                         |               |
|                  | ジュニアソフトボール            | 19:00~21:00 | NECグラウンド     | 側   | O    | 36回   | X     | 3,800 | X                     | 40                    | 小学3年生~中学生の男女                                       | 掛川ソフトボール協会                       |               |
| レディースゴルフ入門・初級(月) | 14:00~15:30           | ワコーゴルフ練習場   | 側            | O   | 36回  | X     | 6,800 | X     | 10                    | 成人女性                  | 鈴木清和(JGPA公認レッスンプロ)                                 |                                  |               |
| 水                | ジュニアトランポリン(水)A        | 16:15~17:15 | アリーナ         | C   | X    | 36回   | X     | 4,800 | X                     | 24                    | 小学生の男女   | トランポリン普及指導員                      |               |
|                  | ジュニアトランポリン(水)B        | 17:20~18:20 | アリーナ         | C   | X    | 36回   | X     | 4,800 | X                     | 24                    | 小学生の男女   | トランポリン普及指導員                      |               |
|                  | 体育キッズ(水)              | 15:30~16:20 | アリーナ         | D   | O    | 36回   | X     | 4,800 | X                     | 12                    | 年中・年長の男女   | カワイ体育教室                          |               |
|                  | 体育ジュニア(水)1・2年         | 16:20~17:20 |              | O   | 36回  | X     | 4,800 | X     | 15                    | 小学1・2年生の男女            | カワイ体育教室  |                                  |               |
|                  | 体育ジュニア(水)3~6年         | 17:20~18:20 | O            | 36回 | X    | 4,800 | X     | 15    | 小学3~6年生の男女            | カワイ体育教室               |  |                                  |               |
|                  | 器械体操キッズ(水)            | 15:30~16:20 | アリーナ         | D   | O    | 36回   | X     | 4,800 | X                     | 12                    | 年中・年長の男女   | カワイ体育教室                          |               |
|                  | 器械体操ジュニア(水)1・2年       | 16:20~17:20 |              | O   | 36回  | X     | 4,800 | X     | 15                    | 小学1・2年生の男女            | カワイ体育教室  |                                  |               |
|                  | 器械体操ジュニア(水)3~6年・中1    | 17:20~18:20 |              | O   | 36回  | X     | 4,800 | X     | 15                    | 小学3~6年生、中学1年生(経験者)の男女 | カワイ体育教室  |                                  |               |
|                  | クラシックバレエ・エクササイズ入門     | 9:00~10:10  | スタジオ         | 西側  | X    | 36回   | X     | 3,500 | O                     | 15                    | 成人女性   | 小柳津清美                            |               |
|                  | クラシックバレエ・エクササイズ       | 10:15~11:45 |              | X   | 36回  | X     | 3,500 | O     | 15                    | 成人女性(経験者のみ)           | 小柳津清美  |                                  |               |
|                  | フーパサークル               | 9:30~12:00  | アリーナ         | BC  | O    | 36回   | X     | 2,000 | X                     | 100                   | 成人男女   | 掛スボ登録指導者                         |               |
|                  | マイレフラ メネフネ(応用)        | 13:00~14:00 | 武道場          | 全面  | X    | 36回   | X     | 3,500 | X                     | 15                    | 成人女性(カピリ経験者のみ)                                     | カハラオウパ ヒデコ                       |               |
|                  | マイレフラ カピリ(初級~中級)      | 14:15~15:15 | 武道場          | 全面  | ※赤字  | 36回   | X     | 3,500 | X                     | 20                    | 成人女性   | カハラオウパ ヒデコ                       | ※2025年度まで休講予定 |
|                  | 新体操キッズ(水)             | 15:30~16:30 | 武道場          | 全面  | O    | 36回   | X     | 4,800 | O                     | 15                    | 年中・年長の男女   | カワイ体育教室                          |               |
|                  | 新体操ジュニア(水)1・2年        | 16:30~17:30 |              | O   | 36回  | X     | 4,800 | O     | 15                    | 小学1・2年生の男女            | カワイ体育教室  |                                  |               |
|                  | 新体操ジュニア(水)3~6年・中1     | 17:30~18:30 |              | O   | 36回  | X     | 4,800 | O     | 15                    | 小学3~6年生、中学1年生(経験者)の男女 | カワイ体育教室  |                                  |               |
|                  | はつらつヨガ                | 14:30~15:45 | スタジオ         | 必須  | 36回  | X     | 3,500 | X     | 18                    | 成人男女(ヨガ経験者のみ)         | 徳木のりこ(日本フィットネス協会公認インストラクターコース修了)                   |                                  |               |
|                  | 日本舞踊                  | 16:00~17:00 | スタジオ         | 側   | O    | 36回   | X     | 4,200 | X                     | 10                    | 成人男女   | 松崎舞踊社 掛川市文化協会審判員(舞踊部は本舞踊協会)      |               |
|                  | レディースゴルフ中級            | 13:00~14:30 | 葛城ゴルフ倶楽部練習場  | 側   | X    | 36回   | X     | 6,800 | X                     | 10                    | 成人女性(ラウンド経験者のみ)                                    | 小林里江(葛城ゴルフ倶楽部)                   |               |
|                  | ジュニア卓球(硬式)            | 19:30~21:00 | 武道場          | 東側  | O    | 36回   | X     | 3,800 | X                     | 16                    | 小学5年生~中学生の男女(小学生は未経験可、中学生は卓球部所属)                   | 掛川市卓球協会                          |               |
| 卓球(硬式)サークル       | 19:30~21:00           | 武道場         | 西側           | O   | 36回  | X     | 3,000 | X     | 20                    | 高校生以上の男女(初心者可)        | 掛川市卓球協会  |                                  |               |
| ジュニア硬式テニス入門(つま恋) | 17:00~18:00           | つま恋 テニスコート  | 側            | X   | 33回  | 8月    | 5,500 | X     | 16                    | 小学1年生~中学3年生           | (公財)日本プロテニス協会 認定コーチ 他                              |                                  |               |
| ジュニア硬式テニス初級(つま恋) | 18:10~19:10           |             | X            | 33回 | 8月   | 5,500 | X     | 21    | 小学1年生~中学3年生(入門からの進級者) | (公財)日本プロテニス協会 認定コーチ 他 |  |                                  |               |
| 木                | 壮健美塾                  | 10:00~11:00 | さんりー女 アリーナ 他 | 側   | X    | 36回   | X     | 3,800 | X                     | 20                    | 成人男女   | 掛スボ登録指導者                         |               |
|                  | フーパサークル               | 13:15~15:15 | アリーナ         | CD  | O    | 36回   | X     | 2,000 | X                     | 100                   | 成人男女   | 掛スボ登録指導者                         |               |
|                  | キッズトランポリン(木)          | 15:30~16:20 | アリーナ         | C   | O    | 36回   | X     | 4,800 | X                     | 24                    | 年中・年長の男女   | トランポリン普及指導員                      |               |
|                  | ジュニアトランポリン(木)A        | 16:25~17:25 |              | X   | 36回  | X     | 4,800 | X     | 24                    | 小学生の男女                | トランポリン普及指導員  |                                  |               |
|                  | ジュニアトランポリン(木)B        | 17:30~18:30 |              | X   | 36回  | X     | 4,800 | X     | 24                    | 小学生の男女                | トランポリン普及指導員  |                                  |               |
|                  | 体育キッズ(木)年少 ※R7.10開講予定 | 15:30~16:20 | アリーナ         | D   | O    | 36回   | X     | 4,800 | X                     | 10                    | 年少の男女  | カワイ体育教室                          | ※R7.10開講予定    |
|                  | 体育キッズ(木)年中・年長         | 16:20~17:20 |              | O   | 36回  | X     | 4,800 | X     | 12                    | 年中・年長の男女              | カワイ体育教室  |                                  |               |
|                  | 体育ジュニア(木)1~6年         | 17:20~18:20 |              | O   | 36回  | X     | 4,800 | X     | 15                    | 小学1~6年生の男女            | カワイ体育教室  |                                  |               |
|                  | 器械体操キッズ(木)            | 15:30~16:20 | アリーナ         | D   | O    | 36回   | X     | 4,800 | X                     | 12                    | 年中・年長の男女   | カワイ体育教室                          |               |
|                  | 器械体操ジュニア(木)1・2年       | 16:20~17:20 |              | O   | 36回  | X     | 4,800 | X     | 15                    | 小学1・2年生の男女            | カワイ体育教室  |                                  |               |
|                  | 器械体操ジュニア(木)3~6年・中1    | 17:20~18:20 |              | O   | 36回  | X     | 4,800 | X     | 15                    | 小学3~6年生、中学1年生(経験者)の男女 | カワイ体育教室  |                                  |               |
|                  | トランポピクス               | 10:00~11:30 | 武道場          | 全面  | O    | 36回   | X     | 3,500 | X                     | 30                    | 成人男女   | 柴田知子(日本トランポピクス協会公認指導員)           |               |
|                  | レディース体操               | 13:30~15:00 | 武道場          | 西側  | O    | 36回   | X     | 3,500 | X                     | 20                    | 成人女性(中高年向き)  | 中山公子(健康運動実践指導者)                  |               |
|                  | 合気道ジュニア               | 18:30~19:30 | 武道場          | 東側  | O    | 36回   | X     | 3,500 | X                     | 20                    | 年中~小学生の男女  | 河原崇裕(心身統一合気道六段)                  |               |
|                  | ジュニアダンス1(HIP HOP)     | 16:40~17:40 | スタジオ         | 側   | O    | 36回   | X     | 3,500 | X                     | 26                    | 年少~小学生の男女  | 長谷山高士(LaN-T003、サイボーク007) 他       |               |
|                  | ジュニアダンス2(HIP HOP)     | 17:40~18:40 |              | O   | 36回  | X     | 3,500 | X     | 26                    | 小学生の男女(初心者は小4以上)      | 長谷山高士(LaN-T003、サイボーク007) 他                         |                                  |               |
|                  | 楽しくHIP HOP            | 19:00~20:00 |              | O   | 36回  | X     | 4,000 | X     | 30                    | 中学生以上の男女              | LaN-T003(長谷山高士)                                    |                                  |               |
|                  | 弓道                    | 19:30~21:00 | 弓道場          | 全面  | X    | 27回   | 1~3月  | 3,500 | X                     | 24                    | 18歳以上の男女(高校生不可)                                    | 掛川市弓道連盟                          |               |
|                  | とくとく長寿体操(シオーネ)        | 10:00~11:30 | シオーネ 小ホール    | 側   | O    | 36回   | X     | 3,500 | X                     | 20                    | 成人男女(中高年向き)  | 露木裕子(健康運動指導士)                    |               |
|                  | レディースゴルフ入門・初級(木)      | 15:00~16:30 | ワコーゴルフ練習場    | 側   | O    | 36回   | X     | 6,800 | X                     | 10                    | 成人女性   | 鈴木清和(JGPA公認レッスンプロ)               |               |

| 曜日            | 教養名                        | 時間                                     | 会場          | 体験  | 年間回数 | 休講月   | 月会費   | グッズ   | 定員              | 対象                             | 指導者                          | 備考                   |               |
|---------------|----------------------------|--|-------------|-----|------|-------|-------|-------|-----------------|--------------------------------|------------------------------|----------------------|---------------|
| 金             | 体育キッズ(金)年少                 | 16:00~16:50                            | アリーナ        | ○   | 36回  | ×     | 4,800 | ×     | 10              | 年少の男女                          | カワイ体育教室                      |                      |               |
|               | 体育キッズ(金)年中                 | 16:00~16:50                            |             | ○   |      |       |       |       | 12              | 年中の男女                          | カワイ体育教室                      |                      |               |
|               | 体育キッズ(金)年長                 | 16:00~16:50                            |             | ○   |      |       |       |       | 12              | 年長の男女                          | カワイ体育教室                      |                      |               |
|               | 体育ジュニア(金)                  | 17:00~18:00                            |             | ○   |      |       |       |       | 45              | 小学生の男女(1~4年35名、5~6年10名)        | カワイ体育教室                      |                      |               |
|               | フーバサークル                    | 9:30~12:00                             | アリーナ        | BC  | ○    | 36回   | ×     | 2,000 | ×               | 100                            | 成人男女                         | 掛ス不登録指導者             |               |
|               | 健康太極拳                      | 10:00~11:30                            | 武道場         | 西側  | ○    | 36回   | ×     | 3,500 | ×               | 18                             | 成人男女                         | 新井京子(日本武術太極拳連盟公認指導員) |               |
|               | 応用太極拳                      | 13:30~15:00                            |             |     | ○    |       |       |       |                 | 12                             | 成人男女(経験者のみ)                  | 新井京子(日本武術太極拳連盟公認指導員) |               |
|               | 新体操キッズ(金)                  | 15:30~16:30                            | 武道場         | 全面  | ○    | 36回   | ×     | 4,800 | ○               | 15                             | 年中・年長の女子                     | カワイ体育教室              |               |
|               | 新体操ジュニア(金)1・2年             | 16:30~17:30                            |             |     | ○    |       |       |       |                 | 15                             | 小学1・2年生の女子                   | カワイ体育教室              |               |
|               | 新体操ジュニア(金)3~6年、中1          | 17:30~18:30                            |             |     | ○    |       |       |       |                 | 15                             | 小学3~6年生、中学1年生(随時者)の女子        | カワイ体育教室              |               |
|               | 屋下がりピラティス                  | 13:15~14:15                            |             |     | スタジオ |       |       |       |                 | 必須                             | 36回                          | ×                    | 3,500         |
|               | ジュニアバスケットボール強化(1~6年)       | 17:30~19:00                            | アリーナ        | A   | ○    | 36回   | ×     | 3,800 | ×               | 20                             | 小学1~6年生の男女(ミニバス経験者(試合出場者)のみ) | 小笠・掛川バスケットボール協会      |               |
|               | ジュニアバスケットボール(4~6年)         | 17:30~19:00                            |             | B   | ○    |       |       |       |                 | ※25                            | 小学4~6年生の男女                   | 小笠・掛川バスケットボール協会      | ※FF7.10~定員30名 |
|               | ジュニアバスケットボール(中学男女)         | 19:00~21:00                            |             | AB  | ○    |       |       |       |                 | 60                             | 中学生男女(男子30名、女子30名)           | 小笠・掛川バスケットボール協会      |               |
| ジュニアフットサル1~3年 | 16:30~17:30                | B&G体育館                                 | 全面          | ○   | 36回  | ×     | 4,800 | ×     | 24              | 小学1~3年生の男女                     | アグレミーナ浜松                     |                      |               |
| ジュニアフットサル4~6年 | 17:30~18:30                |  |             | ○   |      |       |       |       | 24              | 小学4~6年生の男女                     | アグレミーナ浜松                     |                      |               |
| 土             | なぎなた                       | 9:30~11:30                             | B&G体育館      | 全面  | ○    | 36回   | ×     | 3,500 | ×               | 15                             | 小学生以上の男女                     | なぎなた連盟               |               |
|               | 体育キッズ(土)                   | 10:00~10:50                            | 武道場         | 東側  | ○    | 36回   | ×     | 4,800 | ×               | 12                             | 年中~年長の男女                     | カワイ体育教室              |               |
|               | 体育ジュニア(土)                  | 11:00~12:00                            |             |     | ○    |       |       |       |                 | 15                             | 小学1~6年生の男女                   | カワイ体育教室              |               |
|               | 剣道                         | 19:30~21:00                            | 武道場         | 西側  | ○    | 36回   | ○     | 3,500 | ×               | 10                             | 小学生以上の男女                     | 駒形次(剣道連盟教士七段・懸合道五段)  |               |
|               | 氣功健康法                      | 9:00~10:30                             | スタジオ        | 必須  | 30回  | 8.12月 | 3,500 | ×     | 20              | 高校生以上の男女                       | 内藤雅博(氣功太極拳連盟師範)              |                      |               |
|               | 新築マラソンサークル                 | 13:30~15:30                            | さんりーな・エコパ他  | ○   | 36回  | ×     | 2,000 | ×     | 50              | 高校生以上の男女                       | 桑田俊(日本スポーツ協会公認陸上競技指導員)       |                      |               |
|               | ジュニアアスレチック(陸上)             | 9:00~11:00                             | 安養寺、上内田小    | ○   | 36回  | ×     | 3,800 | ×     | 80              | 小学生の男女                         | 掛川市陸上競技協会                    |                      |               |
|               | ジュニアゴルフ                    | 13:00~13:50                            | 葛城ゴルフ倶楽部練習場 | ○   | 24回  | ×     | 4,800 | ×     | 8               | 小学4年~中学3年生の男女                  | 小林望江(葛城ゴルフ倶楽部)               |                      |               |
| フットサルサークル     | 19:00~21:00                | アリーナ                                   | AB          | 必須  | 33回  | 8月    | 2,500 | ×     | 25              | 成人男性(経験者のみ)                    | 掛ス不登録指導者                     |                      |               |
| 日             | バドミントンジュニア(カヌー・SUP)        | 4月~9月 14:00~16:00<br>10月~3月 9:30~11:30 | 掛川龍華・大東龍華   | ※○  | 22回  | 2月    | 4,800 | ×     | 10              | 小学3年生~中学3年生の男女(B&G体育館クラブ経験者のみ) | 掛川市B&G指導者会                   | ※体験、入会の前には要相談        |               |
|               | ウォータースポーツサークル(ボート・カヌー・SUP) | 必須                                     |             | 22回 | 2月   | 3,000 | ×     | 15    | 高校生以上の男女(経験者のみ) | 掛川市B&G指導者会                     |                              |                      |               |

<水泳>

| 曜日                     | 教養名                    | 時間          | 会場  | 体験                    | 回数       | 休講月 | 月会費   | グッズ | 定員  | 対象  | 指導者                                    | 備考                             |
|------------------------|------------------------|-------------|-----|-----------------------|----------|-----|-------|-----|-----|---|--|--------------------------------|
| 月                      | 水泳成人入門・初級(月)           | 13:30~14:30 | プール | ○                     | 36回      | ×   | 5,000 | ○   | 15  | 成人男女  | 掛ス不登録指導者                               |                                |
|                        | 水泳キッズ(月)15:30~         | 15:30~16:30 |     | ×                     |          |     |       |     | 30  | 年少~年長の男女                                    | 掛ス不登録指導者                               |                                |
|                        | 水泳ジュニア(月)A入門・初級16:30~  | 16:30~17:30 |     | ×                     |          |     |       |     | 40  | 小学生の男女                                      | 掛ス不登録指導者                               |                                |
|                        | 水泳ジュニア(月)B初中級・中級17:30~ | 17:30~18:30 |     | ×                     |          |     |       |     | 40  | 小学生の男女(ジュニアAからの進級者のみ)                       | 掛ス不登録指導者                               |                                |
|                        | 水泳ジュニアC18:30~          | 18:30~19:30 |     | ×                     |          |     |       |     | 30  | 中学生の男女                                      | 掛ス不登録指導者                               |                                |
| 水                      | わくわくAQUA               | 10:30~11:30 | プール | ※○                    | 36回      | ×   | 5,000 | ×   | 30  | 成人男女  | 中野浩子(AQUAクッキングGood!代表、健康運動指導士、ACSM-EP) | ※体験は必ず事前予約が必要<br>※体験は必ず事前予約が必要 |
|                        | 泳ぎの骨(コツ)               | 11:30~12:30 |     | ※○                    |          |     |       |     | 15  | 成人男女  | 掛ス不登録指導者                               |                                |
|                        | 水泳キッズ(水)15:30~         | 15:30~16:30 |     | ×                     |          |     |       |     | 30  | 年少~年長の男女                                    | 掛ス不登録指導者                               |                                |
|                        | 水泳ジュニア(水)A入門・初級16:30~  | 16:30~17:30 |     | ×                     |          |     |       |     | 40  | 小学生の男女                                      | 掛ス不登録指導者                               |                                |
|                        | 水泳ジュニア(水)B初中級・中級17:30~ | 17:30~18:30 |     | ×                     |          |     |       |     | 40  | 小学生の男女(ジュニアAからの進級者のみ)                       | 掛ス不登録指導者                               |                                |
| 木                      | 水泳成人初級~中級(木)           | 11:00~12:00 | プール | ○                     | 36回      | ×   | 5,000 | ×   | 10  | 成人男女(泳いでできている方/遊べる方)                        | 萩原訓子(日本スポーツ協会公認水泳コーチ1)                 |                                |
|                        | 親子スイミング1(木)            | 10:00~11:00 |     | ○                     |          |     |       |     | 15組 | 6ヶ月~未就園児(オムツが取れるまで)の親子                      | 掛ス不登録指導者                               |                                |
|                        | 親子スイミング2(木)            | 11:00~12:00 |     | ×                     |          |     |       |     | 15組 | 未就園児(日本語におむつが取れている子)か<br>親子スイミング1からの進級者の親子  | 掛ス不登録指導者                               |                                |
|                        | 水泳キッズ(木)15:30~         | 15:30~16:30 |     | ×                     |          |     |       |     | 30  | 年少~年長の男女                                    | 掛ス不登録指導者                               |                                |
|                        | 水泳ジュニア(木)A入門・初級16:30~  | 16:30~17:30 |     | ×                     |          |     |       |     | 40  | 小学生の男女                                      | 掛ス不登録指導者                               |                                |
| 水泳ジュニア(木)B初中級・中級17:30~ | 17:30~18:30            | ×           | 40  | 小学生の男女(ジュニアAからの進級者のみ) | 掛ス不登録指導者 |     |       |     |     |   |  |                                |
| 金                      | 水泳成人入門・初級(金)           | 19:30~20:30 | プール | ○                     | 36回      | ×   | 5,000 | ×   | 15  | 成人男女(泳いでできている方/遊べる方)                        | 掛ス不登録指導者                               |                                |
|                        | 親子スイミング1(金)            | 10:00~11:00 |     | ○                     |          |     |       |     | 15組 | 6ヶ月~未就園児(オムツが取れるまで)の親子                      | 掛ス不登録指導者                               |                                |
|                        | 親子スイミング2(金)            | 11:00~12:00 |     | ×                     |          |     |       |     | 15組 | 未就園児(日本語におむつが取れている子)か<br>親子スイミング1からの進級者の親子  | 掛ス不登録指導者                               |                                |
|                        | 水泳キッズ(金)15:30~         | 15:30~16:30 |     | ×                     |          |     |       |     | 30  | 年少~年長の男女                                    | 掛ス不登録指導者                               |                                |
|                        | 水泳ジュニア(金)A入門・初級16:30~  | 16:30~17:30 |     | ×                     |          |     |       |     | 40  | 小学生の男女                                      | 掛ス不登録指導者                               |                                |
| 水泳ジュニア(金)B初中級・中級17:30~ | 17:30~18:30            | ×           | 40  | 小学生の男女(ジュニアAからの進級者のみ) | 掛ス不登録指導者 |     |       |     |     |   |  |                                |
| 土                      | 掛ス不スイムチャレンジ            | 19:30~20:30 | プール | ○                     | 36回      | ×   | 3,000 | ※○  | 15  | 100m以上泳げる18歳以上の男女(高校生不可)<br>掛ス不でマスターズ登録できる方 | 萩原訓子(日本スポーツ協会公認水泳コーチ1)                 | ※体験は必ず事前予約、体験は必須               |

<地域クラブ>

| 曜日 | 教養名                       | 時間          | 会場                      | 体験  | 年間回数              | 休講 | 月会費   | グッズ | 定員    | 対象          | 指導者   | 備考        |
|----|---------------------------|-------------|-------------------------|-----|-------------------|----|-------|-----|-------|-------------|---|-----------|
| 火  | ブルーウィーブ                   | 18:00~20:30 | 武道場                     | ※必須 | 年間<br>200時間<br>以上 | ×  | 6,000 | ○   | 30    | 小学4年生~成人男女  | 真野まり子(公認エアロビック指導員<br>(社)日本エアロビック連盟 デクニカルアドバイザー) | ※経験者は体験不要 |
| 水  |                           | 18:00~19:30 | スタジオ・研修室                |     |                   |    |       |     |       |             |   |           |
| 土  |                           | 13:00~15:30 | 武道場                     |     |                   |    |       |     |       |             |   |           |
| 火  | 掛川水泳クラブ                   | 18:30~20:30 | さんりーな室内プール<br>掛川西中屋外プール | ○   | 年間<br>168時間<br>程度 | ×  | 8,000 | ×   | 30    | 中学1年生~3年生男女 | 掛川市水泳協会他  |           |
| 日  |                           | 7:00~9:00   |                         |     |                   |    |       |     |       |             |   |           |
| 火  | 掛川バドミントンクラブ<br>WHITE WING | 19:15~21:30 | アリーナ                    | ×   | 年間<br>168時間<br>程度 | ×  | 7,000 | ×   | 各学年15 | 小学1年生~3年生男女 | 掛川市バドミントン協会                                     |           |
| 金  |                           |             |                         |     |                   |    |       |     |       |             |   |           |