

# 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。

2025/3/1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。

赤文字

・・・前年度からの変更箇所

曜日	教習名	時間	会場	体験	年間回数	休講月	月会費	グッズ	定員	対象・条件	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(さんりーな)	16:30~17:30	アリーナ	AB	X	33回	8月	4,800	X	12	小学生の男女	(公財)日本プロテニス協会 認定コーチ 他	※2025年度まで開催予定
	※ジュニア硬式テニス初級(さんりーな)	17:30~18:30	アリーナ	AB	X	33回	8月	4,800	X	12	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年度まで開催予定
	ジュニアバドミントン入門・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	掛川市バドミントン協会	
	とくとく長寿体操(さんりーな)	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)	森木裕子(健康運動指導士)	
	フーパサークル	13:15~15:15	アリーナ	全面	O	36回	X	2,000	X	100	成人男女	掛スポ登録指導者	
	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)	秘苑のりこ(日本フィットネス協会一級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		O	36回	X	4,800	O	20	年中~小学3年生の女子	大塚恵実(バレエスタジオおおぶ)	
	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	中山謙(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	眞野まり子(公社)日本エアロビクス連盟 指導者専門委員、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	Maiko	
	シニアヨガ	14:45~15:45	武道場	全面	推奨	36回	X	3,500	X	14	成人男女(中高年向き)	秘苑のりこ(JFVA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	掛スポ登録指導者	
	※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)	掛スポ登録指導者	※2025年度まで開催予定
	※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)	掛スポ登録指導者	※2025年度まで開催予定
	硬式テニスサークル	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)	掛スポ登録指導者	
	ジュニアソフトボール	19:00~21:00	NECグラウンド		O	36回	X	3,800	X	40	小学3年生~中学3年生の男女	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		O	36回	X	6,800	X	10	成人女性	鈴木清和(JGRA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	アリーナ	D	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	アリーナ	D	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	アリーナ	D	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	アリーナ	D	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		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	スタジオ		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	掛スポ登録指導者	
	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(カビリ経験者のみ)	カハラオナフ ヒデコ	
	マイレフラ カビリ(初級~中級)	14:15~15:15	武道場	全面	※必須	36回	X	3,500	X	20	成人女性	カハラオナフ ヒデコ	
	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・年長の女子	カワイ体育教室	
	新体操ジュニア(水)1・2年	16:30~17:30	武道場	全面	O	36回	X	4,800	O	15	小学1・2年生の女子	カワイ体育教室	
	新体操ジュニア(水)3~6年・中1	17:30~18:30	武道場	全面	O	36回	X	4,800	O	15	小学3~6年生、中学1年生(経験者)の女子	カワイ体育教室	
	はつたつヨガ	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)	秘苑のりこ(日本フィットネス協会一級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		O	36回	X	4,200	X	10	成人男女	秘苑のりこ(日本文化協会認定会員(舞踊科)日本舞踊協会)	
	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		X	35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)	3月にコース体験1回
	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3年生の男女(小学生は未経験可、中学生は進級別所属)	掛川卓球協会	
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		X	33回	8月	5,500	X	16	小学1年生~中学3年生男女	(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初級(つま恋)	18:10~19:10	つま恋テニスコート		X	33回	8月	5,500	X	21	小学1年生~中学3年生男女(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		
木	壮健美塾	10:00~11:00	さんりーな アリーナ・研修室 他	X	36回	X	3,800	X	20	成人男女	掛スポ登録指導者		
	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	掛スポ登録指導者	
	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	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(木)B	17:30~18:30	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(木)年少 ※R7.10開催予定	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開催予定
	体育キッズ(木)年中・年長	16:30~17:20	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(木)1~6年	17:20~18:20	アリーナ	D	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	アリーナ	D	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	アリーナ	D	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	
	トランポビクス	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(日本トランポビ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~中学3年生の男女	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		O	36回	X	3,500	X	26	年長~小学6年生の男女	長谷山高士(LaN-T003、サイボーグ007) 他	
	ジュニアダンス2(HIP HOP)	17:40~18:40	スタジオ		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、サイボーグ007) 他	
	楽しくHIP HOP	19:00~20:00	スタジオ		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		O	36回	X	3,500	X	20	成人男女(中高年向き)	森木裕子(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		O	36回	X	6,800	X	10	成人女性	鈴木清和(JGRA公認レッスンプロ)	

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・条件	指導者	備考
金	体育キッズ(金)年少	16:00~16:50	アリーナ	CD	○ 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	アリーナ	CD	○ 36回	×	4,800	×	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	アリーナ	CD	○ 36回	×	4,800	×	12	年長の男女	カワイ体育教室	
	体育ジュニア(金)	17:00~18:00	アリーナ	CD	○ 36回	×	4,800	×	45	小学生の男女(1~4年35名、5~6年10名)	カワイ体育教室	
	フーサル	9:30~12:00	アリーナ	BC	○ 36回	×	2,000	×	100	成人男女	掛スボ登録指導者	
	健康本極拳	10:00~11:30	武道場	西側	推奨 36回	×	3,500	×	18	成人男女	新井京子(日本武術本極拳連盟公認指導者)	
	応用本極拳	13:30~15:00	武道場	西側	推奨 36回	×	3,500	×	12	成人男女(経験者のみ)	新井京子(日本武術本極拳連盟公認指導者)	
	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	武道場	全面	○ 36回	×	4,800	○	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	武道場	全面	○ 36回	×	4,800	○	15	小学3~6年生、中学1年生(経験者)の女子	カワイ体育教室	
	星下がりピラティス	13:15~14:15	スタジオ		必須 36回	×	3,500	×	14	成人女性	眞野まり子(PFAピラティスベーシックコーチ)	
	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	アリーナ	B	○ 36回	×	3,800	×	※25	小学4~6年生の男女	小笠・掛川バスケットボール協会	※行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	アリーナ	AB	○ 36回	×	3,800	×	60	中学生男女の経験者(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 アリーナ	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	B&G体育館 アリーナ	全面	○ 36回	×	4,800	×	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 アリーナ	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	武道場	東側	○ 36回	×	4,800	×	15	小学生の男女	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	朝形政(剣道連盟教士七段・居合道五段)	
	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(氣功本極拳連盟師範)	
	新茶マリンサークル	13:30~15:30	さんりーな・エコバ 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・内小田		○ 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	薗城ゴルフ倶楽部練習場		○ 23回	×	4,800	×	8	小学4年~中学3年生の男女	小林里江(薗城ゴルフ倶楽部)	3月にコース体験1回
日	バドミントンジュニア(カヌー・SUP)	4月~9月/14:00~16:00 10月~3月/9:30~11:30	掛川砲庫・大東砲庫		※○ 22回	2月	4,800	×	10	小学3年生~中学生以上の男女(B&Gクラブ経験者のみ)	掛川市B&G指導者会	※体験、入会の際には要相談
	ウォータースポーツサークル(ショット・カヌー・SUP)	4月~9月/14:00~16:00 10月~3月/9:30~11:30	掛川砲庫・大東砲庫		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	※体験、入会の際には要相談

<水泳>

曜日	教室名	時間	会場	体験	回数	休講月	月会費	グッズ	定員	対象・条件	指導者	備考
月	水泳成人入門・初級(月)	13:30~14:30	室内プール	○ 36回	×	×	5,000	×	15	成人男女	掛スボ登録指導者	
	水泳キッズ(月)15:30~	15:30~16:30	室内プール	×	36回	×	5,000	○	30	年少~年長の男女 (日常的にオムツが取れている子)	掛スボ登録指導者	
	水泳ジュニア(月)A入門・初級16:30~	16:30~17:30	室内プール	×	36回	×	5,000	○	40	小学生の男女	掛スボ登録指導者	
	水泳ジュニア(月)B初級・中級17:30~	17:30~18:30	室内プール	×	36回	×	5,000	○	40	小学生の男女(ジュニアAからの進級者のみ)	掛スボ登録指導者	
	水泳ジュニアC18:30~	18:30~19:30	室内プール	×	36回	×	5,000	○	20	中学生の男女(4泳法が泳げる)	掛スボ登録指導者	
水	わくわくAQUA	10:30~11:30	室内プール	※○ 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)	※体験申込は必ず体験や参加が必要
	泳者の骨(コツ)	11:30~12:30	室内プール	※○ 36回	×	×	5,000	×	15	成人男女	健康運動指導士、ACSM-EP)	※体験申込は必ず体験や参加が必要
	水泳キッズ(水)15:30~	15:30~16:30	室内プール	×	36回	×	5,000	○	30	年少~年長の男女 (日常的にオムツが取れている子)	掛スボ登録指導者	
	水泳ジュニア(水)A入門・初級16:30~	16:30~17:30	室内プール	×	36回	×	5,000	○	40	小学生の男女	掛スボ登録指導者	
	水泳ジュニア(水)B初級・中級17:30~	17:30~18:30	室内プール	×	36回	×	5,000	○	40	小学生の男女(ジュニアAからの進級者のみ)	掛スボ登録指導者	
木	水泳成人入門~中級(木)	11:00~12:00	室内プール	×	36回	×	5,000	×	10	成人男女	萩原訓子(日本スポーツ協会公認水泳コーチI)	
	親子スイミング1(木)	10:00~11:00	室内プール	○ 36回	×	×	5,000	×	15組	6ヶ月~未就園児(オムツが取れるまで)の親子	掛スボ登録指導者	
	親子スイミング2(木)	11:00~12:00	室内プール	×	36回	×	5,000	×	15組	未就園児(日常的におむつが取れている子)から親子スイミング1からの進級者の親子	掛スボ登録指導者	
	水泳キッズ(木)15:30~	15:30~16:30	室内プール	×	36回	×	5,000	○	30	年少~年長の男女 (日常的にオムツが取れている子)	掛スボ登録指導者	
	水泳ジュニア(木)A入門・初級16:30~	16:30~17:30	室内プール	×	36回	×	5,000	○	40	小学生の男女	掛スボ登録指導者	
金	水泳成人入門・初級(金)	19:30~20:30	室内プール	○ 36回	×	×	5,000	×	15	成人男女	掛スボ登録指導者	
	親子スイミング1(金)	10:00~11:00	室内プール	○ 36回	×	×	5,000	×	15組	6ヶ月~未就園児(オムツが取れるまで)の親子	掛スボ登録指導者	
	親子スイミング2(金)	11:00~12:00	室内プール	×	36回	×	5,000	×	15組	未就園児(日常的におむつが取れている子)から親子スイミング1からの進級者の親子	掛スボ登録指導者	
	水泳キッズ(金)15:30~	15:30~16:30	室内プール	×	36回	×	5,000	○	30	年少~年長の男女 (日常的にオムツが取れている子)	掛スボ登録指導者	
	水泳ジュニア(金)A入門・初級16:30~	16:30~17:30	室内プール	×	36回	×	5,000	○	40	小学生の男女	掛スボ登録指導者	
土	水泳ジュニア(金)B初級・中級17:30~	17:30~18:30	室内プール	×	36回	×	5,000	○	40	小学生の男女(ジュニアAからの進級者のみ)	掛スボ登録指導者	
	掛スボスイムチャレンジ	19:30~20:30	室内プール	○ 36回	×	×	3,000	※○	15	100m以上泳げる18歳以上の男女(高校生不可)掛スボでマスターズ登録できる月	萩原訓子(日本スポーツ協会公認水泳コーチI)	※体験申込は必ず体験や参加が必要

<地域クラブ>

教室名	時間	会場	体験	年間時間	休講	月会費	グッズ	定員	対象・条件	指導者	備考	
ブルーウィーブ	火/18:00~20:30	武道場	西側	※必須 年間 200時間 以上	×	6,000	○	30	小学4年生~大学4年生男女	眞野まり子(公社)日本エアロビック連盟 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	※経験者は体験不要 ※月3回コースあり	
	水/18:00~19:30	スタジオ										
	土/13:00~15:30	武道場	西側									
掛川水泳クラブ	火/18:30~20:30	さんりーな室内プール 夏期/掛川西中屋外プール	CD	○	年間 168時間 程度	×	8,000	×	30	中学1年生~3年生男女	掛川市水泳協会 他	※選1回コースあり
	日/7:00~9:00											
掛川 WING バドミントンクラブ	火/19:15~21:30	アリーナ 他	CD	×	年間 168時間 程度	×	7,000	×	各学年15	中学1年生~3年生男女	掛川市バドミントン協会 他	
	金/19:15~21:30											