

2026年度 掛スポーツプログラム一覧【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。

◆「赤字」印の部分は2026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5日（木）通常受付より掛川市南体育館し～すぼにてお申し込みください。

2026/1/6現在

赤文字

・・・前年度からの変更箇所

曜日	教室名	時間	会場	体裁	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	×	33回	8月	4,800	×	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	×	33回	8月	4,800	×	12	成人男女	(公財)日本プロテニス協会 認定コーチ 他	
	ジュニアバドミントン入門・初級	16:30~18:00	アリーナ	CD	○	36回	×	4,800	×	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	○	36回	×	3,500	×	30	成人男女（中高年向き）	露木裕子（健康運動指導士）	
	フーパーサークル	13:15~15:15	アリーナ	CD	○	36回	×	2,000	×	100	成人男女	掛スポーツ登録指導者	
	健やかヨーガ	13:30~14:30	武道場	全面	○	36回	×	3,500	×	30	成人男女（初心者歓迎）	掛のりこ（日本フィットネスヨガ協会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	△	○	36回	×	4,800	○	20	年中~小学3年生の女子	大堀恵実（バレエスタジオおおほ）	
	空手道	19:00~21:00	武道場	東側	○	36回	×	3,500	×	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	×	12	年中・年長の男女	真野まり子（公社）日本エアロビック連盟 指導専門委員、アーチカルアンドハイザー、技能検定員、A級審査委員	
	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	○	20	小学1~4年生の男女	掛スポーツ登録指導者	
	親子でいこう教室	11:00~12:00	研修室	全面	○	36回	×	4,800	×	15組	1歳~未就園児の親子	カワイ体育教室	
	美健体操	13:00~14:00	研修室	全面	○	36回	×	3,500	×	20	成人男女	Mako	
	レディースゴルフ中級	14:00~15:30	ワコーグループ岩瀬	△	×	35回	×	6,800	×	10	成人女性（ラウンド経験者のみ）	小林里江（葛城ゴルフ俱楽部）	
	シニアヨーガ	14:45~15:45	武道場	全面	推薦	36回	×	3,500	×	14	成人男女（中高年向き）	掛のりこ（JFYA認定シニアヨーガインストラクター）	
	ジュニアハーボール（5・6年）	19:00~20:30	アリーナ	C	○	36回	×	3,800	○	30	小学5・6年生の男女	掛スポーツ登録指導者	
	硬式テニスサークル	13:30~15:30	アリーナ	ABC	○	33回	8月	3,000	×	20	成人男女（経験者のみ）	掛スポーツ登録指導者	
	ジュニアアーフトボール	19:00~21:00	NECグラウンド、西山小学校	○	36回	×	3,800	×	40	小学3年生~中学3年生の男女	掛川アーフトボール協会		
水	ジュニアアトランボリン（水）A	16:15~17:15	アリーナ	C	×	36回	×	4,800	×	24	小学生の男女	トランボリン普及指導員	
	ジュニアアトランボリン（水）B	17:20~18:20	アリーナ	C	×	36回	×	4,800	×	24	小学生の男女	トランボリン普及指導員	
	体育キッズ（水）	15:30~16:20	アリーナ	D	○	36回	×	4,800	×	12	年中・年長の男女	カワイ体育教室	
	体育ジニア（水）1・2年	16:20~17:20	アリーナ	D	○	36回	×	4,800	×	15	小学1・2年生の男女	カワイ体育教室	
	体育ジニア（水）3~6年	17:20~18:20	アリーナ	D	○	36回	×	4,800	×	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	○	36回	×	4,800	×	12	年中・年長の男女	カワイ体育教室	
	器械体操ジニア（水）1・2年	16:20~17:20	アリーナ	D	○	36回	×	4,800	×	15	小学1・2年生の男女	カワイ体育教室	
	器械体操ジニア（水）3~6年・中学生	17:20~18:20	アリーナ	D	○	36回	×	4,800	×	15	小学3~6年生、中学生（継続者）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	△	×	36回	×	3,500	○	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	△	×	36回	×	3,500	○	15	成人女性（経験者のみ）	小柳津清美	
	フーパーサークル	9:30~12:00	アリーナ	BC	○	36回	×	2,000	×	100	成人男女	掛スポーツ登録指導者	
	マイレフラ メソフズ（専用）	13:00~14:00	武道場	全面	×	36回	×	3,500	×	15	成人女性（カビリ経験者のみ）	カハラオブナ ヒテコ	
	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	×	3,500	×	20	成人女性	カハラオブナ ヒテコ	
	新体操キッズ（水）	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	
	新体操ジニア（水）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	
	新体操ジニア（水）3~6年・中学生	17:30~18:30	武道場	全面	○	36回	×	4,800	○	15	小学3~6年生、中学生（継続者の女子）	カワイ体育教室	
木	はつらつヨーガ	14:30~15:45	スタジオ	△	必須	36回	×	3,500	×	18	成人男女（ヨーカ経験者のみ）	掛のりこ（日本フィットネスヨガ協会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	△	○	36回	×	4,200	×	10	成人男女	花柳春利経、掛川市文化融合講みどり会主（静岡県日本舞踊協会連盟）	
	ジュニア卓球（硬式）	19:30~21:00	武道場	東側	○	36回	×	3,800	×	16	小学5年生~中学3年生の男女（小学5年生は斜め横打、中学生は切削差）	掛川卓球協会	
	卓球（硬式）サークル	19:30~21:00	武道場	西側	○	36回	×	3,000	×	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初級（つま恋）	17:00~18:00	つま恋テニスコート	△	×	33回	8月	5,500	×	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	△	×	33回	8月	5,500	×	21	小学1年生~中学3年生男女（入門からの連級のみ）	(公財)日本プロテニス協会 認定コーチ 他	
	社健美塾	10:00~11:00	さんりーなアリーナ・研修室 他	△	○	36回	×	3,800	×	20	成人男女	掛スポーツ登録指導者	
	フーパーサークル	13:15~15:15	アリーナ	CD	○	36回	×	2,000	×	100	成人男女	掛スポーツ登録指導者	
	キッズランボリン（木）	15:30~16:20	アリーナ	C	○	36回	×	4,800	×	16	年中・年長の男女	トランボリン普及指導員	
	ジュニアアトランボリン（木）A	16:25~17:25	アリーナ	C	×	36回	×	4,800	×	24	小学生の男女	トランボリン普及指導員	
	ジュニアアトランボリン（木）B	17:30~18:30	アリーナ	C	○	36回	×	4,800	×	24	小学生の男女	トランボリン普及指導員	
	体育キッズ（木）年少	15P8月開催予定	15:30~16:20	アリーナ	D	○	36回	×	4,800	×	10	年少の男女	カワイ体育教室
	体育キッズ（木）年中・年長	16:30~17:20	アリーナ	D	○	36回	×	4,800	×	12	年中・年長の男女	カワイ体育教室	
	体育キッズ（木）1~6年	17:20~18:20	アリーナ	D	○	36回	×	4,800	×	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	○	36回	×	4,800	×	12	年中・年長の男女	カワイ体育教室	
	器械体操ジニア（木）1・2年	16:20~17:20	アリーナ	D	○	36回	×	4,800	×	15	小学1・2年生の男女	カワイ体育教室	
	器械体操ジニア（木）3~6年・中学生	17:20~18:20	アリーナ	D	○	36回	×	4,800	×	15	小学3~6年生、中学生（継続者）の男女	カワイ体育教室	
	トランボピックス	10:00~11:30	武道場	全面	○	36回	×	3,500	×	30	成人男女	柴田知子（日本トランボピックス協会公認指導員）	
	ティース体操	13:30~15:00	武道場	西側	○	36回	×	3,500	×	20	成人女性（中高年向き）	中山公子（健康運動実践指導者）	
	合氣道ジニア	18:30~19:30	武道場	東側	○	36回	×	3,500	×	20	年中~中学3年生の男女	河原崇裕（心身統一合氣道六段）	
	ジュニアダンス1（HIP HOP）	16:40~17:40	スタジオ	△	○	36回	×	3,500	×	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	△	○	36回	×	3,500	×	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	△	○	36回	×	4,000	×	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	×	27回	1~3月	3,500	×	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	○	36回	×	3,500	×	20	成人男女（中高年向き）	露木裕子（健康運動指導士）		

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
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
	フーバーサークル	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
	健康太極拳	10:00~11:30	武道場	西側	推奨	36回	×	3,500	×	18	成人男女	新井京子（日本武術太極拳連盟公認指導員）
	肩用太極拳	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	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・中学生	17:30~18:30	武道場	全面	○	36回	×	4,800	○	15	小学3~6年生、中学生（継続者）の女子	カワイ体育教室
	屋下がりビラティス	13:15~14:15	スタジオ	△	必須	36回	×	3,500	×	14	成人女性	眞野まき子（PFAビ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）	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
	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
	ジュニアアーフットサル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
	ジュニアアーフットサル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
	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	剣道連盟師七段・毎月道五段
	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（氣功太極道連盟師範）
	新茶マラソンサークル	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、上内田小	○	36回	×	3,800	×	80	小学生の男女	掛川市陸上競技協会	
日	パドリングジュニア（カヌー・SUP）	4月~9月/14:00~16:00 10月~3月/9:30~11:30	掛川艇庫・大東艇庫	※○	22回	2月	4,800	×	10	小学3年生～中学校3年生の男女（B&G海ヨガクラブ経験者のみ）	掛川市B&G指導者会	
	ウォータースポーツサークル（ヨット・カヌー・SUP）	4月~9月/14:00~16:00 10月~3月/9:30~11:30	掛川艇庫・大東艇庫	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	

<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）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 初中級・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	
	水泳中字入門・初級 18:30~	18:30~19:30	室内プール	✗	36回	×	5,000	○	20	中学生の男女（初心者可）	掛スボ登録指導者	
水	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 I・II・III 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（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）	
	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）かつ親子スイミング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	水泳ジュニア（木）B 初中級・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）かつ親子スイミング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	
土	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	
	水泳ジュニア（金）B 初中級・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	
土	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歳以下の男女（高校生不可） 掛スボでマスター登録できる方	萩原訓子（日本スポーツ協会公認水泳コーチ）	
											※大会に参加する場合は各コースの加入が必要	