

令和4年度

第Ⅳ期(1月～3月)

ビッグホエール・ウエーブ スポーツ教室 開催日カレンダー

大人教室

開催場所	教室名	参加対象者	講師	時間	曜日	開催日1	開催日2	開催日3	開催日4	開催日5	開催日6	開催日7	開催日8	開催日9	開催日10	期開講回数	参加料
ビッグホエール 軽運動場	女性のためのフィットネス(火)	一般女性	財団職員	10:45～12:00	火	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14		9回	8,100円
	リラックスアロマヨガ	一般	辻 須美代	19:30～20:30		1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/21	2/28	3/7	3/14		9回	9,360円
	大人バレエ	一般女性	福永 綾子	19:30～20:50	木	1/12	1/19	1/26	2/16	3/2	3/9	3/16				7回 5回(受講券)	10,290円 8,800円
メインアリーナ	ソフトテニス	一般	榎本 弘美 坂東 あつみ	10:30～12:00	月	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	3/20	10回	9,000円
		一般	坂東 あつみ	13:00～14:30													7,200円
	硬式テニス	一般	島本 久仁 土井 美江	14:30～16:00	水	1/11	1/18	1/25	2/8	2/15	3/1	3/8	3/15		8回	9,040円	
	エンジョイバドミントン	小学5年生～一般	早 香代	19:15～20:45													7,200円
	バドミントン	一般			13:00～14:30	金	1/13	1/20	1/27	2/3	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17	3/24サブ	10回
サブアリーナ	ナイトフィットネス	一般	財団職員	19:15～20:30	月	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	3/20		
	キッズ&ファミリー	1歳半～4歳児と保護者	田中 誠子	11:00～12:00	火	1/17	1/24	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	3/21		9回	8,190円
	アクティブシニア(水)	一般(概ね55歳以上)	財団職員	13:30～14:45	水	1/11	1/18	1/25	2/8	2/15	3/1	3/8	3/15	3/22		9回	8,100円
	シェイプアップエアロビクス	一般	清水 瞳	19:00～20:00	金	1/13	1/20	1/27	2/3	2/17	2/24	3/3	3/10	3/24			
ビッグウエーブ 武道場	アクティブシニア(月)	一般(概ね55歳以上)	三宅 令子	9:15～10:30	月	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	3/20	10回	9,000円
	リズム体操	一般女性(概ね55歳以上)	今中 禧枝	10:45～12:00													
	卓球	一般	山中 良子	10:30～12:00	火	1/17	2/7	2/14	2/21	2/28	3/14					6回	5,400円
			島 恭子	13:00～14:30													
			加藤 裕美	10:30～12:00	金	1/13	1/20	1/27	2/3	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17		9回	8,100円
			平田 喜久子	13:00～14:30													
	エアロ	一般	川口 祐子	10:00～11:15	水	1/11	1/18	1/25	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15		8回	7,200円	
	女性のためのフィットネス(木)	一般女性	財団職員	9:00～10:15	木												
	健康フラダンス	一般	辻 トミ	10:30～12:00		1/12	1/19	1/26	2/16	3/2	3/9	3/16	3/23		8回	7,200円	
	スポーツウエルネス吹矢	一般	福原 広次	13:00～14:30													
インド式ヨガ	一般	ギリ ガネーシュ	19:00～20:00			1/12	1/19	1/26	2/9サブ	2/16	3/2	3/9	3/16	3/23サブ		9回	8,100円