

港南スポーツセンター 秋(2026年10～12月) 定期教室日程表【親子・子ども】

【会場】1体:第1体育室 / 2体:第2体育室 / 3体:第3体育室 / 1研:第1研修室 / 2研:第2研修室 【日程】○:開催あり / ×:開催なし

曜日	教室名	対象	定員 会場		講師	金額/回数	10月				11月				12月						
			時間				6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	-	
火	親子体操	2歳～4歳児と保護者	20組	2体	稲垣山中	6,300円	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	×	×	-	
			9:30～10:30			9回															
	ZUMBA®KIDS	年少～小4	10名	1研	ユウコ	6,300円	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	×	×	-	
			17:10～18:00			9回															
●【親子体操】は、初回参加日時時点で2～4歳のお子さまが対象で、参加は親子1ペア(子ども1名+保護者1名)となります。																					
曜日	教室名	対象	定員 会場		講師	金額/回数	10月				11月				12月						
			時間				7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	-	
水	親子リトミック&体操	1歳半～3歳児と保護者	20組	2体	佐藤下江	6,300円	○	○	○	○	○	○	×	○	○	×	×	×	-		
			9:30～10:30			9回															
	幼児運動基礎	年少～年中	30名	2体	山中辻田	7,700円	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-		
			15:15～16:00			11回															
	子ども運動基礎	年中～年長	30名	2体		7,700円	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-		
			16:15～17:15			11回															
『走・跳・投』小学生体力向上	小1～小6	30名	2体	7,700円		×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-		
		17:30～18:30		11回																	
【定員増】フットサル(キッズクラス)	年長～小2	30名	1体	FCゴール	12,960円	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-		
		17:00～17:50			12回																
【定員増】フットサル(ジュニアクラス)	小3～小6	30名	1体		12,960円	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-		
		18:00～18:50			12回																
●【親子リトミック&体操】は、初回参加日時時点で1歳半～3歳のお子さまが対象で、参加は親子1ペア(子ども1名+保護者1名)となります。 ●【幼児運動基礎】と【子ども運動基礎】の重複申し込みはできません。																					
曜日	教室名	対象	定員 会場		講師	金額/回数	10月				11月				12月						
			時間				1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10	17	24	-	
木	キッズHipHop	年中～年長	15名	3体	村上	8,800円	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-	
			16:30～17:15			11回															
	ジュニアHipHop	小1～小4	25名	3体	8,800円	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-	
17:30～18:30			11回																		
Jr.バドミントン	小4～小6	30名	2体	港南区バドミントン協会	10,700円	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	×	×	-		
		17:00～18:15			10回																
曜日	教室名	対象	定員 会場		講師	金額/回数	10月				11月				12月						
			時間				2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	-	
金	【NEW】つくる・あそぶおやこLABO	1歳半～3歳児と保護者	10組	託児室	嶋田	3,200円	開催中止														
			10:30～11:30			4回															
	横浜ビー・コルセアーズバスケットボールスクール(ルーキークラス)	小1～小3	40人	1体	横浜ビー・コルセアーズ	18,150円	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-	
			17:00～17:50			11回															
横浜ビー・コルセアーズバスケットボールスクール(マスタークラス)	小4～小6	45人	1体	18,150円	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-		
		18:00～18:50		11回																	

横浜市港南スポーツセンター

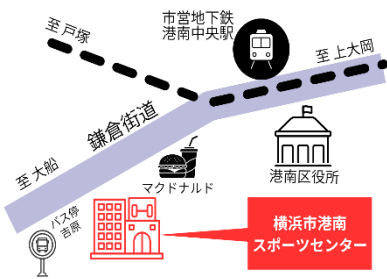
TEL 045-841-1188
〒234-0051 横浜市港南区日野1-2-30

■開館時間 9:00～21:00(最終受付20:00)

■休館日 毎月第4月曜日(祝日の場合は翌日)

■URL <https://yokohama-sport.jp/konan-sc-ysa/>

- 交通案内
- 電車でお越しの方
横浜市営地下鉄ブルーライン
→「港南中央駅」より徒歩5分
 - バスでお越しの方
「上大岡駅」バス乗り場(5・6・7番)より
「大船駅」「鎌倉駅」「港南車庫」「本郷台駅」「洋光台駅」「野庭中央公園」行
→「吉原」バス停下車 徒歩2分



令和8年度(2026年10～12月)

横浜市港南スポーツセンター

秋の定期教室 募集案内

1次募集 8月1日(土)～8月31日(月)必着

当落結果

9月8日(火)より、ハガキまたはEメールにて順次通知いたします。

- 応募者多数の場合は抽選になります。抽選では横浜市内在住・在勤・在学の方が優先となります。
- ハガキでお申し込みの方は、当落通知が数日遅れる場合がございます。

2次募集

9月9日(水)～9月18日(金)※お申し込みはインターネットのみとなります。

- 当落結果は9月20日(日)より、Eメールにて順次通知いたします。
- 定員に達していない教室は、追加募集を行います。詳細はホームページまたは館内掲示をご確認ください。

追加募集

9月22日(火・祝)13:30より受付開始【電話受付のみ／先着順】

- 9/22(火・祝)・23(水・祝)は来館受付不可。
- 9/24(木)以降:電話および来館にて受付いたします。

【教室に関する注意事項】

- 教室初回日までにお支払いが確認できない場合、お申し込みは自動キャンセルとなります。
- オンライン決済の期限は、教室初回日の前日までとなります。
- ご本人の都合によるキャンセルの場合、一度納めた参加料は原則としてお返しいたしませんのでご了承ください。
- 募集締切時点で、各教室の最小催行人数に達しない場合、その教室は中止する場合がございます。
- 安全管理・事故防止のため、原則参加者以外の入室はできません。

申込方法

- ① 往復はがきで申し込む
 - 宛先:見本通りに記入して送付
 - 切手:85円切手を貼付
 - 筆記用具:普通のボールペンを使用
 - 消せるボールペンは使用不可(インクが消える可能性があるため)
- ② インターネットで申し込む
 - 方法:左記のQRコードよりアクセス
 - 注意:ドメイン「@yokohama-sports.jp」からのメールを受信できるよう設定
 - メールが届かない場合:迷惑メールフォルダを確認

往信用(おもて)

返信用(うら)

85
【往信】

234-0051
港南スポーツセンター

85
【返信】

記入しないください

参加される方の郵便番号

住所氏名

1希望教室名

2氏名・性別・生年月日

3郵便番号・住所

4市外居住で市内在勤の場合は勤務先・学校名

5電話番号

往信用(おもて)

返信用(うら)

港南スポーツセンターHP

インターネット申し込みはこちら

港南スポーツセンター 秋(2026年10～12月) 定期教室日程表

【会場】1体:第1体育室 / 2体:第2体育室 / 3体:第3体育室 / 1研:第1研修室 / 2研:第2研修室 【日程】○:開催あり / ×:開催なし

曜日	教室名	対象	定員		会場	講師	金額/回数	10月				11月				12月						
			時間	時間				5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	-	
月	背骨コンディショニング	16歳以上	30名	3体	小池	8,100円	○	×	○	×	○	○	○	×	○	○	○	○	×	-		
			9:40～10:40			9回	○	×	○	×	○	○	○	×	○	○	○	○	×	-		
	月曜はじめてのヨーガ		40名	3体	佐藤	6,300円	○	×	○	×	○	○	○	×	○	○	○	○	×	-		
			11:00～11:50			9回	○	×	○	×	○	○	○	×	○	○	○	○	×	-		
	月曜の基礎ピラティス		40名	2体	九	4,200円	○	×	○	×	○	×	○	×	×	○	×	○	×	-		
			10:00～10:50			6回	○	×	○	×	○	○	○	×	○	○	○	○	×	-		
身体のメンテナンス レッスン	15名	1研	鈴木	8,550円	○	×	○	×	○	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-			
	19:15～20:25			9回	○	×	○	×	○	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-			
曜日	教室名	対象	定員	会場	講師	金額/回数	10月				11月				12月							
時間	時間	6	13	20			27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	-					
火	はじめてのピラティス ～美姿勢エクササイズ～	16歳以上	40名	3体	中隈	7,000円	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	×	-		
			9:00～9:50			10回	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	×	-		
	火曜10時のピラティス		40名	3体	畠中濱谷	7,000円	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	×	-		
			10:00～10:50			10回	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	×	-		
	トータルフィットネス		100名	1体	畠中濱谷	7,000円	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	×	-		
			10:10～11:15			10回	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	×	-		
	【NEW】ZUMBA®GOLD		17名	1研	小林	7,000円	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	×	-		
			10:00～10:50			10回	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	×	-		
	火曜ラテンダンス		17名	1研	小林	7,000円	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-	
			11:00～11:50			10回	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-	
	火曜ヨーガ		40名	2体	遠藤	7,000円	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-	
			10:50～11:40			10回	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-	
	姿勢コンディショニング		40名	2体	遠藤	7,000円	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-	
			11:50～12:40			10回	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-	
	ずっと動けるカラダづくり①		70歳以上	17名	1研	藤澤	6,000円	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-
				13:00～13:50			10回	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-
	ずっと動けるカラダづくり②		70歳以上	17名	1研	藤澤	6,000円	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-
				14:00～14:50			10回	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-
	シニアヨーガ①		60歳以上	14名	2研	有吉	6,500円	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-
				13:00～13:50			10回	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-
シニアヨーガ②	14名	2研		有吉	6,500円		○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-	
	14:00～14:50				10回		○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-	
火曜卓球	中学生以上	42名	1体	横浜市卓球協会	9,500円	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	×	-		
		19:00～20:45			10回	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	○	×	-	
●【火曜ラテンダンス】の講師が渡邊から小林へ変更となります。 ●【シニアヨーガ】①・②、【ずっと動けるカラダづくり】①・②は、重複して申し込むことはできません。 ●【ずっと動けるカラダづくり】について①クラス：椅子を使用したプログラム、②クラス：椅子とマットを使用したプログラム(①より運動負荷が高め)																						
曜日	教室名	対象	定員	会場	講師	金額/回数	10月				11月				12月							
時間	時間	7	14	21			28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	-					
水	水曜卓球	16歳以上	70名	1体	横浜市卓球協会	10,450円	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-		
			9:00～10:45			11回	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-		
	水曜11時のてんコツ	70歳以上	50名	2体	前田本橋	6,000円	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-		
			11:00～11:50			12回	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-	
	シニアのための からだ改善	65歳以上	35名	3体	小河	10,200円	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-		
			10:00～10:50			12回	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-	
	昼の太極拳	16歳以上	100名	1体	横浜市太極拳協会	6,700円	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	×	×	-	
			13:15～14:45			10回	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	×	×	-	
	アロマヨーガ		12名	2研	栗野	4,200円	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	-		
			19:10～20:00			6回	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-	
	健康マージャン①入門	16歳以上	42名	1, 2研	健康麻雀全国会	8,800円	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	×	-	
			9:00～10:50			11回	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-	
	健康マージャン②初・中級		42名	1, 2研		健康麻雀全国会	8,800円	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	×	-
			11:00～12:50				11回	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-
健康マージャン③初・中級	16歳以上	42名	1, 2研	健康麻雀全国会	8,800円	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	×	-		
		13:00～14:50			11回	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-	
●【健康マージャン】①・②・③は、重複して申し込むことはできません。 ●初心者の方は【健康マージャン】①にお申込みください。初回参加時に、別途 教材費 2,000円(税込) が費用としてかかります。																						

曜日	教室名	対象	定員	会場	講師	金額/回数	10月					11月					12月				
			時間				1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10	17	24	31	
木	朝のバドミントン	16歳以上	55名	1体	港南区バドミントン協会	12,400円	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	×	×	×	
	9:00～10:45		10回	○		○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	×	×	×			
	夜のバドミントン	70歳以上	44名	1体	鈴木	12,400円	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	×	×	×	
	19:00～20:45		10回	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×			
	木曜9時のてんコツ体操	40歳以上	30名	3体	濱谷	6,500円	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	
	9:00～9:50		13回	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×		
	中高年からの身体づくり	16歳以上	30名	3体	村田	9,100円	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	
	10:00～10:50		13回	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×		
	木曜Hula	16歳以上	30	3体	秋山	7,700円	○	○	○	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○	×	
	11:00～11:50		11回	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×		
ひきしめピラティス①	16歳以上	40名	3体	Kiku	8,400円	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×		
12:00～12:50		12回	×		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×		
ひきしめピラティス②	16歳以上	13名	2研	Kiku	12,000円	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×		
13:10～14:00		12回	×		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×		
整体ヨーガ①	16歳以上	15名	1研	Kiku	8,400円	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×		
9:00～9:50		12回	○		×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×		
整体ヨーガ②	16歳以上	15名	1研	Kiku	8,400円	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×		
10:00～10:50		12回	○		×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×		
●【整体ヨーガ】①と②は、重複して申し込むことはできません。 ●【ひきしめピラティス】①と②は、重複して申し込むことはできません。																					
曜日	教室名	対象	定員	会場	講師	金額/回数	10月					11月					12月				
金	金曜朝のお元気体操	60歳以上	時間		久保濱谷	6,000円	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	-	
	11:15～12:20		12回	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-
	金曜昼のお元気体操	16歳以上 <th colspan="2">時間</th> <th rowspan="2">中川宮路</th> <th>6,000円</th> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>×</td> <td>-</td>	時間		中川宮路	6,000円	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-	
	13:35～14:40		12回	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-
	金曜11時のヨーガ	70歳以上 <th colspan="2">時間</th> <th rowspan="2">椿</th> <th>9,100円</th> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>-</td>	時間		椿	9,100円	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	-	
	11:00～11:50		13回	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	-
	金曜12時のてんコツ体操	70歳以上 <th colspan="2">時間</th> <th rowspan="2">古田</th> <th>6,000円</th> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>×</td> <td>-</td>	時間		古田	6,000円	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-	
	12:00～12:50		12回	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-
曜日	教室名	対象	定員	会場	講師	金額/回数	10月					11月					12月				
土	朝の太極拳	16歳以上	時間		横浜市太極拳協会	6,700円	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	-	
	9:15～10:45		10回	×		○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-
	土曜Hula	中学生以上	時間		山田	7,000円	○	○	※	○	○	×	○	○	○	○	○	○	×	-	
	11:00～11:50		10回	○		○	※	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	-
※10月17日(土)は、スポレク本番に向けたリハーサル練習(希望者対象・参加料700円)を実施します。 参加料700円は本チラシ記載の 7,000円には含まれていないため、別途お支払いが必要となります。当日、窓口にてお支払いください。																					
定期教室の体験について																					
【参加料】1回分の参加料+300円 【体験不可の教室】/バドミントン教室・卓球教室・定員に達している教室 ※詳細はホームページをご確認いただくか、電話にてお問い合わせください。 見学は随時受付しております(無料)。																					
個人情報の取扱いについて																					
1「事業者の名称」公益財団法人横浜市スポーツ協会 2「個人情報の利用目的」ご記入いただいた個人情報は、教室・イベントの参加結果のご連絡、事業の安全・円滑な実施(緊急時連絡、保険対応、出欠席、健康状態の把握等の参加者管理)、当協会事業のご案内、お客様アンケートに必要な範囲で利用します。 3「個人情報の第三者提供について」ご記入いただいた個人情報について、第三者へ提供することはありません。 4「個人情報の取扱いの委託について」ご記入いただいた個人情報の取扱いについて、事業の必要性により、利用目的の範囲内で業務の全部、又は一部を外部に委託する場合があります。業務委託先に関しては、個人情報を適切に取り扱っていると認められる委託先を選定し、契約において個人情報の適正管理・機密保持などの個人情報の漏えい防止に必要な事項を取り決め、適正管理の実施を義務づけます。 5「個人情報の開示等及び問合せについて」当協会が保有する個人情報の利用目的の通知・開示・内容の訂正・追加または削除・利用の停止・消去および第三者への提供の停止に応じる窓口は、7の問合せ先と同じです。 6「個人情報をご提供いただけない場合の取扱い」必要事項をご記入いただけない場合、お申込みできない場合があります。 7「当協会の個人情報取扱いに関する苦情、相談等の問合せ先」個人情報保護管理責任者：公益財団法人横浜市スポーツ協会 事務局長 お問い合わせ窓口：総務部総務課 電話045-640-0011FAX045-640-0021																					