

# 秋 横浜国際プール

## 2025年9~12月開催

### 「スポーツ・カルチャー」定期教室

#### 募集案内

### 参加申込方法

申込期間: 6月28日(土)AM9:30~7月25日(金)必着

①インターネットによる申込み  検索

横浜国際プールホームページ「教室インターネット申込みシステム」又はインターネット申込み二次元コードよりお申し込みください。

②ハガキによる申込み  
下記の必要事項をご記入のうえ、ご応募ください。

送付先	往信用表	返信用表
〒224-0021 横浜市都筑区 北山田7-3-1 横浜国際プール 教室係	〒224-0021 横浜市都筑区 北山田7-3-1 横浜国際プール 教室係	〒224-0021 横浜市都筑区 北山田7-3-1 横浜国際プール 教室係

◆ご参加にあたっての注意事項◆  
 ①自身の健康状態について十分に確認し、健康状態に不安のある方は、医師と相談し許可を得てから自己の責任においてご参加ください。  
 ②妊娠、病気、ケガ等により医師から運動を制限されている方の参加はご遠慮ください。  
 ③募集締切時点の応募人数によって、教室開催を中止する場合があります。  
 ④また、応募者が定員を超えた場合は抽選となります。  
 ⑤安全管理のため、教室の参加は当選者(ご本人)のみとなります。  
 ⑥入金後の教室の変更や返金は原則できません。また、欠席された場合の振替や返金はできません(テニス教室は振替制度あり)。  
 ⑦「カルチャー」教室では、入金受付期限を過ぎたキャンセルや、教室を欠席する場合、教材費を負担していただきます。  
 ⑧天候の影響によりやむを得ず教室を休講する場合は、ホームページ等で事前にお知らせします。

### インターネット申込み

## 7月25日(金) 必着

### 教室詳細及び持ち物リスト

※インターネットでの申込に限り、抽選後のメール・マイページにてクレジットカード決済が可能です。  
 ※入金期間にお支払いいただけない場合は、必ずご連絡をお願いします。  
 ※ご連絡がない場合は、当選無効(キャンセル扱い)とさせていただきますのでご了承ください。

### 大人向けカルチャー教室 対象:18歳以上(楽々サックスは中学生以上) ※見学希望の方、ご連絡ください。

#### ■ハワイアンキルト ※継続の方は、参加料金のみでお申込み下さい。教材等は、講師と直接相談になります。

##### KH901 ハワイアンキルト ビギナーズ(金)

～ハワイアンキルトの基本を学ぶ講座です～  
「モキハナのポーチ」を作ります。ポーチの裏面は、ポケットです。

10:00~12:00 <<講師:西田>>  
 ●定員:8名 ●料金:18,480円 ●教材費:6,000円(糸無し)  
 ●会場:会2 ●日程:9月12・26、10月10・24・31、11月14・28、12月12 ●開催回数:8回  
 ※初めて参加でハガキ申込みの方は「ビギナーズ」針セット550円「教材」6,000円購入を記載して下さい。ネット申込みの方は、KH901-①を選んで下さい。継続者の方は、KH901-②を選んで下さい。

縦22cm × 横上部23cm × 横下部18cm × マチ5cm

##### KH902 ハワイアンキルト ベーシック(木)

～ハワイアンキルトの基本を学んだら応用作品を学習します～  
「もみの木のミニタペストリー」を作ります。ビーズ等のパーツは付きません。

10:00~12:00 <<講師:西田>>  
 ●定員:8名 ●料金:18,480円 ●教材費:5,500円(糸無し)  
 ●会場:会2 ●日程:9月4・18、10月2・16・30、11月6・20、12月18 ●開催回数:8回  
 ※継続者の方は、KH902-②を選んで下さい。

大きさ40cm × 40cm

#### ■編み物 ※継続の方は、参加料金のみでお申込み下さい。教材等は、講師と直接相談になります。

##### KA901 棒針編み(初心者)(火)

～編み物始める方～  
秋から冬に使えるバンドウォーマー、スヌード等を編みます。

10:00~12:00 <<講師:山田>>  
 ●定員:6名 ●料金:18,480円 ●教材費:3,000円  
 ●会場:会3 ●日程:9月9・30、10月14・28、11月11・25、12月9・23 ●開催回数:8回  
 ※初めて参加でハガキ申込みの方は「教材費3,000円」「道具セット1,500円」購入を記載して下さい。ネット申込みの方は、KA901-①を選んで下さい。

##### KA902 棒針編み(経験者)(火)

～棒針編みの基本的なメリヤス編み程度ができる方、経験があり再開したい方～  
秋から冬に着られるベスト、ショール等を編みます。

13:30~15:30 <<講師:山田>>  
 ●定員:6名 ●料金:18,480円 ●教材費:6,800円  
 ●会場:会3 ●日程:9月9・30、10月14・28、11月11・25、12月9・23 ●開催回数:8回  
 ※初めて参加でハガキ申込みの方は「教材費6,800円」「道具セット1,500円」購入を記載して下さい。ネット申込みの方は、KA902-①を選んで下さい。

#### ■癒しのリラクサカリグラフィー 専用のペンを使って素敵なお手紙を書きましょう

##### KC901 カリグラフィー 初級～中級(木)

～初級:イタリック体、中級:イタリック体を終了したゴシック体以上の方～

10:20~11:50 <<講師:町田>>  
 ●定員:8名 ●料金:7,400円 ●教材費:1,440円  
 ●会場:会3 ●日程:9月11、10月9、11月13、12月11 ●開催回数:4回

##### KC902 カリグラフィー 中級～上級(木)

～中級から上級の方を対象としたクラスです～

12:30~14:00 <<講師:町田>>  
 ●定員:8名 ●料金:7,400円 ●教材費:1,440円  
 ●会場:会3 ●日程:9月11、10月9、11月13、12月11 ●開催回数:4回

#### ■韓国語 楽しみながら学びませんか? ゼロから韓国語を学んでみたい方も大歓迎です! ※9/23祝日開催

KPOP、韓流ドラマ、キムチなど、いつの間にか身近になった韓国。考えてみれば一番近い国で、毎年多くの交流がある韓国。韓国語をやさしく習う教室です。

●講師:李●定員:各8名 ●料金:34,650円 ●会場:会2  
 ●日程:9月2・9・16・23・30、10月7・14・21・28、11月4・11・25、12月9・16・23 ●開催回数:各15回  
 ※学期に繰り返し基礎から学びます。

KK901 韓国語 超入門(火)★ KK902 韓国語 初級(火)★★★  
 ～全くの初めの方のクラスです～ ●会場:会3 ●日程:9月9・30、10月14・28、11月11・25、12月9・23 ●開催回数:8回  
 ※11/25は旧レストランでの開催になります。

KK903 韓国語 中級(火)★★★★ KK904 韓国語 入門(火)★★★  
 ～入門からステップアップ!色々な表現を学ぼう～ ●会場:会3 ●日程:9月9・30、10月14・28、11月11・25、12月9・23 ●開催回数:8回  
 ※11/25は旧レストランでの開催になります。

### 大人向けカルチャー教室 対象:18歳以上(楽々サックスは中学生以上) ※見学希望の方、ご連絡ください。

#### ■英会話 ★:初級 ★★★:中級

##### KE901 大人の学び直しの英会話(月)★~★★

～簡単な英語フレーズを使って日常で使える英語表現を学びましょう。中学レベルの文法を復習しながら、少しずつ会話にもチャレンジしてみます～

9:30~10:30 <<講師:横尾>>  
 ●定員:8名 ●料金:22,620円 ●会場:会3 ●開催回数:13回  
 ●日程:9月1・8・22・29、10月6・20・27、11月10・17、12月14・21・28

##### KE902 大人のスマート英会話(月)★★~★★★

～シンプルで英語表現を使って会話力アップを目指します。こちらは英語で会話を楽しくするクラスです～

10:35~11:35 <<講師:横尾>>  
 ●定員:8名 ●料金:22,620円 ●会場:会3 ●開催回数:13回  
 ●日程:9月1・8・22・29、10月6・20・27、11月10・17、12月14・21・28

##### KE903 ステップアップ英会話(月)★★

～海外旅行や様々なシチュエーションで使える英会話を学ぶクラスです。海外に長期滞在される方にもお薦めです～

11:40~12:40 <<講師:横尾>>  
 ●定員:8名 ●料金:22,620円 ●会場:会3 ●開催回数:13回  
 ●日程:9月1・8・22・29、10月6・20・27、11月10・17、12月14・21・28

##### KE904 日常英会話(木)★★

～日常で使える英会話や正しい発音を身につけよう～

9:30~10:30 <<講師:横尾>>  
 ●定員:8名 ●料金:27,840円 ●会場:会1 ●開催回数:16回  
 ●日程:9月4・11・18・25、10月2・9・16・23・30、11月6・13・20・27、12月11・18・25

##### KE905 大人のスキルアップ英会話(木)★~★★

～会話の活性化を目指して英語を楽しみながら学びましょう。役立つ英語フレーズや正しい発音も身に付きます～

10:35~11:35 <<講師:横尾>>  
 ●定員:8名 ●料金:27,840円 ●会場:会1 ●開催回数:16回  
 ●日程:9月4・11・18・25、10月2・9・16・23・30、11月6・13・20・27、12月11・18・25

##### KE906 Let's enjoy English(木)★★

～話すことにポイントをおきながら、役立つ英会話を学ぶクラスです。簡単な表現を使って英語を話してみよう～

11:40~12:40 <<講師:横尾>>  
 ●定員:8名 ●料金:27,840円 ●会場:会1 ●開催回数:16回  
 ●日程:9月4・11・18・25、10月2・9・16・23・30、11月6・13・20・27、12月11・18・25

#### ■その他

##### KM901 メンタルトレーニング(土)

(ポリヴェクテガル理論から学ぶ自律神経のホンのところ)  
～ストレスの上手な付き合い方について学びましょう～

10:30~11:30 <<講師:内田>>  
 ●定員:15名 ●料金:8,700円 ●会場:会1/旧レストラン  
 ●日程:9月6・13・20・27、11月15 ●開催回数:5回  
 ※11/15日は旧レストランでの開催になります。

##### KN901 はじめての日本画/気ままに楽しむ絵画(金)

～「はじめての日本画」と「気ままに楽しむ絵画」を合同で行います～

13:00~15:00 <<講師:伊東>>  
 ●定員:8名 ●料金:29,580円 ●教材費:6,800円 ●会場:会3 ●日程:9月5・12・19・26、10月3・10・17・24・31、11月7・14・21・28、12月5・12・19・26 ●開催回数:17回

←はじめての日本画教室 生徒さんの作品

#### ■声楽 歌って喉のトレーニング! ※9/23祝日開催

##### KS901 声楽I 初心者～当クラス継続者(火)

～歌うことが好きな方、大きな声を出したい方～

10:00~11:00 <<講師:大橋>>  
 ●定員:15名 ●料金:16,240円 ●会場:会1 ●日程:9月2・9・16・23・30、10月7・14・21・28、11月4・11・25、12月16・23 ●開催回数:14回

##### KS902 声楽II 継続者・経験者(火)

～輪唱や重唱も取り入れて歌います～

11:20~12:20 <<講師:大橋>>  
 ●定員:15名 ●料金:16,240円 ●会場:会1 ●日程:9月2・9・16・23・30、10月7・14・21・28、11月4・11・25、12月16・23 ●開催回数:14回

##### KS903 ボイストレーニング①(火)

～歌いながら、喉を鍛えます～

12:40~13:40 <<講師:大橋>>  
 ●定員:5名 ●料金:40,460円 ●会場:会2 ●日程:9月2・9・16・23・30、10月7・14・21・28、11月4・11・25、12月16・23 ●開催回数:14回

##### KS904 ボイストレーニング②(火)

～歌いながら、喉を鍛えます～

14:00~15:00 <<講師:大橋>>  
 ●定員:5名 ●料金:40,460円 ●会場:会1 ●日程:9月2・9・16・23・30、10月7・14・21・28、11月4・11・25、12月16・23 ●開催回数:14回

##### KS905 アファメーン・コーラス(木)

～ハラエティに富んだ曲を元来コーラス～

15:00~16:00 <<講師:大橋>>  
 ●定員:8名 ●料金:18,560円 ●会場:会2 ●日程:9月4・11・18・25、10月2・9・16・23・30、11月6・13・20・27、12月11・18・25 ●開催回数:16回

##### KS906 ボイストレーニング(木)

～歌いながら喉を鍛えます～

16:20~17:20 <<講師:大橋>>  
 ●定員:5名 ●料金:46,240円 ●会場:会2 ●日程:9月4・11・18・25、10月2・9・16・23・30、11月6・13・20・27、12月11・18・25 ●開催回数:16回

#### ■子ども向けカルチャー教室

##### ■キッズえいご～歌、チャンツ、絵本の読み聞かせを通して英語を育てよう!～

CE901 キッズえいご年少～年長(月) <<講師:三代川>>  
 対象:2019/4/2～2022/4/1生まれ ●各定員:各8名 ●料金:19,600円 ●会場:会2 ●開催回数:各14回  
 CE902 キッズえいご小学1、2年(月) <<講師:三代川>>  
 対象:2019/4/2～2022/4/1生まれ ●各定員:各8名 ●料金:19,600円 ●会場:会2 ●開催回数:各14回  
 CE903 キッズえいご小学3、4年(月) <<講師:三代川>>  
 対象:2019/4/2～2022/4/1生まれ ●各定員:各8名 ●料金:19,600円 ●会場:会2 ●開催回数:各14回

##### ■子どもコーラス

CC901 子どもコーラス小学生(火)  
 ～みんなで歌おう!音階も友達!ソルフェージュ(楽譜の読み方やリズムなど)も楽しんでみよう!～

16:30~17:30 <<講師:大橋>>  
 ●定員:10名 ●料金:16,240円 ●会場:会1 ●日程:9月2・9・16・23・30、10月7・14・21・28、11月4・11・25、12月16・23 ●開催回数:14回  
 ※9/23祝日開催 ●開催回数:14回  
 ※保護者の入室可能です

#### ■楽々サックス 今注目のサックスを始めませんか? ■ウクレレ♪ 本場ハワイのスタイルが学べます!

##### KR901 楽々サックス 初級・中級(月)

～初心者及び1年程度の経験者～

18:45~19:40 <<講師:下村>>  
 ●各定員:10名 ●料金:25,410円 ●会場:会1 ●日程:9月1・8・22・29、10月6・20・27、11月10・17、12月15 ●開催回数:各11回

##### KU901 ウクレレ(月)

16:00~17:00 <<講師:カオル>>  
 ●各定員:10名 ●料金:18,480円 ●会場:会1 ●日程:9月1・8・22・29、10月6・20・27、11月10・17、12月15 ●開催回数:各8回  
 ※ウクレレをお持ちの方はご持参ください。初めての方は、1か月は無料レンタルいたします(2か月目以降は1回300円)。講師と相談の上、ご購入ください。

#### ■絵画造形 「つくる」ことの楽しさや喜びを発見しよう! ※「おかしのおうち」12/7・21(日)開催予定

##### CK901 絵画造形 小学1～3年(水)

16:00~17:00 <<講師:伊東>>  
 ●定員:8名 ●料金:16,800円 ●教材費:4,800円 ●会場:会3 ●日程:9月3・10・17、10月14・21、11月12・19・26、12月3・10・17 ●開催回数:12回

##### CK902 絵画造形 小学4～中学生(水)

17:20~18:50 <<講師:伊東>>  
 ●定員:8名 ●料金:19,440円 ●教材費:4,800円 ●会場:会3 ●日程:9月3・10・17、10月14・21、11月12・19・26、12月3・10・17 ●開催回数:12回

##### CK903 絵画造形 年中・年長(木)

15:00~16:00 <<講師:伊東>>  
 ●定員:8名 ●料金:23,800円 ●教材費:6,800円 ●会場:会3 ●日程:9月4・11・18・25、10月2・9・16・23・30、11月6・13・20・27、12月4・11・18・25 ●開催回数:17回

##### CK904 絵画造形 小学1～3年(木)

16:20~17:20 <<講師:伊東>>  
 ●定員:8名 ●料金:23,800円 ●教材費:6,800円 ●会場:会3 ●日程:9月4・11・18・25、10月2・9・16・23・30、11月6・13・20・27、12月4・11・18・25 ●開催回数:17回

##### CK905 絵画造形 小学1～6年生(木)

17:30~18:30 <<講師:伊東>>  
 ●定員:8名 ●料金:23,800円 ●教材費:6,800円 ●会場:会3 ●日程:9月4・11・18・25、10月2・9・16・23・30、11月6・13・20・27、12月4・11・18・25 ●開催回数:17回

##### CK906 絵画造形 小学1～3年(金)

15:30~16:30 <<講師:伊東>>  
 ●定員:8名 ●料金:23,800円 ●教材費:6,800円 ●会場:会3 ●日程:9月5・12・19・26、10月3・10・17・24・31、11月7・14・21・28、12月5・12・19・26 ●開催回数:17回

#### ■子ども将棋 ※対象:年長(2019/4/2～2020/4/1)～小学生

CS901 子ども将棋 入門・初級(木)  
 ～未経験の方、対局を始めたばかりの方向け～  
 16:00~17:00 <<講師:田代>>  
 ●各定員:10名 ●料金:24,360円 ●会場:会1 ●開催回数:各14回  
 CS902 子ども将棋 中・上級(木)  
 ～対局経験があり、初段以下のレベル～  
 17:20~18:20 <<講師:田代>>  
 ●各定員:10名 ●料金:24,360円 ●会場:会1 ●開催回数:各14回  
 ※保護者の入室可能です

# 大人向けスポーツ教室

対象：18歳以上

**S911 心体義塾(月)**  
不適切な呼吸と姿勢は万病のもと。適切な呼吸と姿勢を学びませんか？  
9:50~10:50 <<講師:内田>>  
●定員:30名 ●料金:11,600円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月1・8・29日、10月6・27日、11月10・17日、12月1・8・15日 ●開催回数:10回

**S912 バドミントン(月)**  
初心者クラス。基本を学びながらダブルスの試合を楽しみます  
13:45~15:15 <<講師:横浜市レディースバドミントン連盟所属>>  
●定員:33名 ●料金:15,080円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月1・8・22・29日、10月6・20・27日、11月10・17日、12月1・8・15・22日 ●開催回数:13回

**S913 かんたん筋トレ体づくり(月)**  
ストレッチや軽い筋トレで、楽しく身体を整えましょう！  
13:00~13:50 <<講師:小川>>  
●定員:25名 ●料金:13,920円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月1・8・22・29日、10月6・20・27日、11月10・17日、12月1・8・15日 ●開催回数:12回

**S914 大人のための代謝アップ運動(月)**  
代謝アップに繋がる筋トレや有酸素運動を無理なく行います  
14:10~15:00 <<講師:小川>>  
●定員:25名 ●料金:13,920円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月1・8・22・29日、10月6・20・27日、11月10・17日、12月1・8・15日 ●開催回数:12回

**S915 DANCE(月)**  
HIPHOP・JAZZ要素を取り入れ、基礎を身に付けます  
19:40~21:10 <<講師:矢島>>  
●定員:25名 ●料金:15,080円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月1・8・22・29日、10月6・20・27日、11月10・17日、12月1・8・15・22日 ●開催回数:13回

**S921 大人のバレエ【初級】(火)**  
バレエの基礎でからだを整えます！  
12:15~13:45 <<講師:WAKA>>  
●定員:25名 ●料金:16,240円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月2・9・16・30日、10月7・14・21・28日、11月4・11・25日、12月9・16・23日 ●開催回数:14回

**S922 大人卓球(火)**  
誰でも参加できる卓球教室、みんなで楽しくレベルUP！  
13:40~15:10 <<講師:塩崎・澤口・山崎>>  
●定員:38名 ●料金:16,240円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月2・9・16・30日、10月7・14・21・28日、11月4・11・25日、12月9・16・23日 ●開催回数:14回

**S955 身体メンテナンスヨガ(金)**  
肩甲骨、背骨、骨盤(股関節)を各部位毎にほぐし、動かし、ヨガの要素も取り入れつつ快適な身体へと導いていくクラスです  
14:30~15:30 <<講師:machiko>>  
●定員:15名 ●料金:15,080円 ●会場:会議室1  
●日程:9月5・12・19・26日、10月3・17・31日、11月7・14・21・28日、12月12・19日 ●開催回数:13回

**S931 楊名時八段錦太極拳(水)**  
ストレスを解消しながら心身のバランスを整えます  
12:30~14:00 <<講師:花岡・石川・柳川>>  
●定員:40名 ●料金:7,290円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:10月1・8・22日、11月12・19・26日、12月3・10・17日 ●開催回数:9回

**S932 大人のバレエ【初中級】(水)**  
アダジオ〜アレグロまで、からだの使い方を身に付けよう  
13:20~14:50 <<講師:WAKA>>  
●定員:25名 ●料金:18,560円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月5・12・19・26日、10月10・17・24・31日、11月7・14・21・28日、12月5・12・19日 ●開催回数:16回

**S951 リフレッシュ健康(金)**  
リズム体操・筋トレ・ボール運動みんなで楽しく動きましょう！  
9:30~11:00 <<講師:谷川・百合野>>  
●定員:40名 ●料金:12,960円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月5・12・19・26日、10月3・10・17・24・31日、11月7・14・21・28日、12月5・12・19日 ●開催回数:16回

**S961 ピックルボール(土)**  
初心者から中級者向けのクラスです。みんなで技を磨きましょう  
19:45~21:15 <<講師:神奈川県ピックルボール協会所属>>  
●定員:18名 ●料金:13,860円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月6・20日、11月1・22・29日、12月6・20日 ●開催回数:7回

**S952 フラダンス(金)**  
ハワイアンの一曲を仕上げます。初心者大歓迎です！  
12:20~13:20 <<講師:大村>>  
●定員:40名 ●料金:14,100円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月5・12・19・26日、10月3・10・17・24日、11月7・14・21・28日、12月5・12・19日 ●開催回数:15回

**S953 バレトン(金)**  
バレエ+ヨガ+フィットネスを取り入れたエクササイズ  
11:10~12:00 <<講師:Yukiko>>  
●定員:26名 ●料金:16,240円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月5・12・19・26日、10月10・17・24・31日、11月7・14・21・28日、12月5・12・19日 ●開催回数:14回

**S954 女性のためのピラティス(金)**  
コア(体幹)を鍛えて、歪みのない身体へ導きます！！  
13:30~14:30 <<講師:大野>>★女性限定  
●定員:26名 ●料金:18,560円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月5・12・19・26日、10月3・10・17・24・31日、11月7・14・21・28日、12月5・12・19日 ●開催回数:16回

# 大人・子ども向けテニス教室

講師:1~3名、会場:屋外コート・室内コート (日程の下線は室内で開催、室内シューズ必要)

※TSクラス:高校生以上、TJクラス:各枠内に記載  
※テニス教室お申込みの方は必ず下記注意事項(二次元コード)をご一読の上、お申し込みください  
※インターネット環境がない方は、お電話にてお問い合わせください

**TS901 大人基礎テニス(月) 初心者~中級**  
**TS902 大人応用テニス(月) 中級~中上級**  
TS901 9:30~11:00、TS902 11:15~12:45  
●定員:24名 ●料金:25,520円 ●開催回数:11回  
●日程:9月1・8・22・29日、10月6・20・27日、11月10・17日、12月1・8日 ●予備日:12月15・22日

**TS909 大人基礎テニス(金) 初心者~中級**  
**TS910 大人応用テニス(金) 中級~中上級**  
TS909 9:30~11:00、TS910 11:15~12:45  
●定員:24名 ●料金:32,480円 ●開催回数:14回  
●日程:9月5・12・19・26日、10月3・10・17・24・31日、11月7・14・21・28日、12月5日 ●予備日:12月12・19日

**TS911 ナイトテニス大人基礎応用(月) 初心者~中上級**  
19:30~21:00  
●定員:24名 ●料金:25,520円 ●開催回数:11回  
●日程:9月1・8・22・29日、10月6・20・27日、11月10・17日、12月1・8日 ●予備日:12月15・22日

**TJ901 ジュニアテニス小学1~3年生(月)**  
**TJ902 ジュニアテニス小学4年生~中学生(月)**  
TJ901 16:20~17:20、TJ902 17:30~18:45  
●定員:20名 ●料金:TJ901:17,600円、TJ902:21,780円  
●日程:9月1・8・22・29日、10月6・20・27日、11月10・17日、12月1・8日 ●予備日:12月15・22日 ●開催回数:11回

**TS903 大人基礎テニス(火) 初心者~中級**  
**TS904 大人応用テニス(火) 中級~中上級**  
TS903 9:30~11:00、TS904 11:15~12:45  
●定員:24名 ●料金:27,840円 ●開催回数:12回  
●日程:9月2・9・16・30日、10月7・14・21・28日、11月4・11・25日、12月9日 ●予備日:12月16・23日

**TS907 レディーステニス(木) 初心者~初級**  
9:30~11:00 ★女性限定教室  
●定員:20名 ●料金:34,800円 ●開催回数:15回  
●開催:9月4・11・18・25日、10月2・9・16・23・30日、11月6・13・20・27日、12月4・11日 ●予備日:12月18・25日

**TS912 ナイトテニス大人基礎応用(火) 初心者~中上級**  
19:30~21:00  
●定員:24名 ●料金:27,840円 ●開催回数:12回  
●日程:9月2・9・16・30日、10月7・14・21・28日、11月4・11・25日、12月9日 ●予備日:12月16・23日

**TJ903 ジュニアテニス小学1~3年生(火)**  
**TJ904 ジュニアテニス小学4年生~中学生(火)**  
TJ903 16:20~17:20、TJ904 17:30~18:45  
●定員:20名 ●料金:TJ903:19,200円、TJ904:23,760円  
●日程:9月2・9・16・30日、10月7・14・21・28日、11月4・11・25日、12月9日 ●予備日:12月16・23日 ●開催回数:12回

**TS905 大人基礎テニス(水) 初心者~中級**  
**TS906 大人応用テニス(水) 中級~中上級**  
TS905 9:30~11:00、TS906 11:15~12:45  
●定員:24名 ●料金:32,480円 ●開催回数:14回  
●日程:9月3・10・17日、10月1・8・15・22・29日、11月5・12・19・26日、12月3・10日 ●予備日:12月17・24日

**TS915 テニステーマ別クリニック(木) 経験者~初中級**  
技術の向上とゲームで必要な動きのパターン練習を行います  
16:00~17:30  
●定員:24名 ●料金:34,800円 ●開催回数:15回  
●開催:9月4・11・18・25日、10月2・9・16・23・30日、11月6・13・20・27日、12月4・11日 ●予備日:12月18・25日

**TS913 ナイトテニス大人基礎応用(水) 初心者~中上級**  
19:30~21:00  
●定員:24名 ●料金:23,200円 ●開催回数:10回  
●日程:9月3・10・17日、10月1・8・22日、11月12・19・26日、12月3日 ●予備日:12月10・17日

**TJ905 ジュニアテニス小学1~3年生(水)**  
**TJ906 ジュニアテニス小学4年生~中学生(水)**  
TJ905 16:20~17:20、TJ906 17:30~18:45  
●定員:20名 ●料金:TJ905:16,000円、TJ906:19,800円  
●日程:9月3・10・17日、10月1・8・22日、11月12・19・26日、12月3日 ●予備日:12月10・17日 ●開催回数:10回

**TS908 大人応用テニス(木) 中級~中上級**  
11:15~12:45  
●定員:20名 ●料金:34,800円 ●開催回数:15回  
●開催:9月4・11・18・25日、10月2・9・16・23・30日、11月6・13・20・27日、12月4・11日 ●予備日:12月18・25日

**TS914 ナイトテニス大人基礎応用(木) 初心者~中上級**  
19:30~21:00  
●定員:24名 ●料金:34,800円 ●開催回数:15回  
●開催:9月4・11・18・25日、10月2・9・16・23・30日、11月6・13・20・27日、12月4・11日 ●予備日:12月18・25日

**TJ907 ジュニアテニス小学4年生~中学生(木)**  
TJ907 17:30~18:45  
●定員:20名 ●料金:29,700円  
●日程:9月4・11・18・25日、10月2・9・16・23・30日、11月6・13・20・27日、12月4・11日 ●予備日:12月18・25日 ●開催回数:15回

# 子ども向けスポーツ教室

※二次元コードから教室紹介動画をご覧いただけます

## ■バスケ&チア 横浜ビー・コルセアーズによるバスケットボール&チアリーディング教室！

**J913 ビーコルバスケ 幼児(火) 対象:年中~年長**  
15:30~16:30 <<講師:アカデミーコーチ>>  
●定員:15名 ●料金:32,340円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月2・9・16・30日、10月7・14・21・28日、11月4・11・25日、12月9・16・23日 ●開催回数:14回

**J914 ビーコルバスケ小学1~3年生(火) 対象:初心・初級者向け**  
16:40~17:55 <<講師:アカデミーコーチ>>  
●定員:30名 ●料金:32,340円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月2・9・16・30日、10月7・14・21・28日、11月4・11・25日、12月9・16・23日 ●開催回数:14回

**J915 ビーコルバスケ小学4~6年生(火) 対象:初心・初級者向け**  
18:05~19:20 <<講師:アカデミーコーチ>>  
●定員:30名 ●料金:32,340円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月2・9・16・30日、10月7・14・21・28日、11月4・11・25日、12月9・16・23日 ●開催回数:14回

**J916 ビーコルバスケ中学生(火) 対象:初心・初級者向け**  
19:30~20:45 <<講師:アカデミーコーチ>>  
●定員:30名 ●料金:32,340円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月2・9・16・30日、10月7・14・21・28日、11月4・11・25日、12月9・16・23日 ●開催回数:14回

**J917 ビーコルクリニック小学1~3年生(木) 対象:経験者向け**  
16:30~17:45 <<講師:アカデミーコーチ>>  
●定員:30名 ●料金:39,270円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月4・11・18・25日、10月2・9・16・23・30日、11月6・13・20・27日、12月4・11・18・25日 ●開催回数:17回

**J918 ビーコルクリニック小学4~6年生(木) 対象:経験者向け**  
18:00~19:15 <<講師:アカデミーコーチ>>  
●定員:30名 ●料金:39,270円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月4・11・18・25日、10月2・9・16・23・30日、11月6・13・20・27日、12月4・11・18・25日 ●開催回数:17回

**J919 チア リトル(土) 対象:年少~年長**  
13:40~14:40 <<講師:B-ROSEメンバー、OG>>  
●定員:24名 ●料金:34,650円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月6・20・27日、10月4・11・18・25日、11月1・8・15・22・29日、12月6・13・20日 ●開催回数:15回

**J920 チア 初中級(土) 対象:小学1,2年生、小学3,4年生の初心者**  
14:50~15:50 <<講師:B-ROSEメンバー、OG>>  
●定員:24名 ●料金:34,650円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月6・20・27日、10月4・11・18・25日、11月1・8・15・22・29日、12月6・13・20日 ●開催回数:15回

**J921 チア 中上級(土) 対象:小学3,4年生経験者~中学生**  
16:00~17:00 <<講師:B-ROSEメンバー、OG>>  
●定員:24名 ●料金:34,650円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月6・20・27日、10月4・11・18・25日、11月1・8・15・22・29日、12月6・13・20日 ●開催回数:15回

**■卓球 ラリーを続けよう**  
**J927 子ども卓球(火) 対象:小学生**  
18:00~19:30 <<講師:加藤>>  
●定員:24名 ●料金:19,600円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月2・9・16・30日、10月7・14・21・28日、11月4・11・25日、12月9・16・23日 ●開催回数:14回

## ■体操 柔軟性、筋力、バランス感覚を養い、運動の基礎を作ります。挑戦を楽しもう！！

**J905 キッズ体操(火) 年中・年長**  
マット・跳び箱・鉄棒を使って運動します。 ※J907・910と同じ内容です  
15:30~16:15  
●定員:25名 ●料金:16,240円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月2・9・16・30日、10月7・14・21・28日、11月4・11・25日、12月9・16・23日 ●開催回数:14回

**J906 ジュニア体操I【基礎】(火) 対象:小学1~3年生**  
16:30~17:30 ※J908・911と同じ教室内容です  
●定員:25名 ●料金:16,240円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月2・9・16・30日、10月7・14・21・28日、11月4・11・25日、12月9・16・23日 ●開催回数:14回

**J907 キッズ体操(水) 年中・年長**  
マット・跳び箱・鉄棒を使って運動します。 ※J905・910と同じ教室内容です  
15:30~16:15  
●定員:25名 ●料金:18,560円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月3・10・17日、10月1・8・15・22・29日、11月5・12・19・26日、12月3・10・17・24日 ●開催回数:16回

**J908 ジュニア体操I【基礎】(水) 対象:小学1~3年生**  
16:30~17:30 ※J906・911と同じ教室内容です  
●定員:25名 ●料金:18,560円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月3・10・17日、10月1・8・15・22・29日、11月5・12・19・26日、12月3・10・17・24日 ●開催回数:16回

**J909 ジュニア体操II【スキルアップ】(水) 対象:小学3~6年生**  
17:45~18:45 ※J912と同じ教室内容です  
●定員:25名 ●料金:18,560円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月3・10・17日、10月1・8・15・22・29日、11月5・12・19・26日、12月3・10・17・24日 ●開催回数:16回

**J910 キッズ体操(木) 年少~年長**  
マット・跳び箱・鉄棒を使って運動します。 ※J905・907と同じ教室内容です  
15:30~16:15  
●定員:25名 ●料金:19,720円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月4・11・18・25日、10月2・9・16・23・30日、11月6・13・20・27日、12月4・11・18・25日 ●開催回数:17回

**J911 ジュニア体操I【基礎】(木) 対象:小学1~3年生**  
16:30~17:30 ※J906・908と同じ教室内容です  
●定員:25名 ●料金:19,720円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月4・11・18・25日、10月2・9・16・23・30日、11月6・13・20・27日、12月4・11・18・25日 ●開催回数:17回

**J912 ジュニア体操II【スキルアップ】(木) 対象:小学3~6年生**  
17:45~18:45 ※J909と同じ教室内容です  
●定員:25名 ●料金:19,720円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月4・11・18・25日、10月2・9・16・23・30日、11月6・13・20・27日、12月4・11・18・25日 ●開催回数:17回

## ■バレーボール 元全日本選手&Vリーグ選手が直接指導

**J928 キッズバレーボール(金) 対象:小学1~3年生**  
16:00~17:00 <<講師:元全日本選手・Vリーグ選手>>  
●定員:15名 ●料金:26,100円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月5・19・26日、10月3・10・17・24・31日、11月7・14・21・28日、12月5・12・19日 ●開催回数:15回

## ■ダンス リズムに合わせて友達と一緒に踊ろう

**J931 HIP HOP 小学1・2年生(金)**  
16:00~16:50 <<講師:矢島>>  
●定員:25名 ●料金:18,560円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月5・12・19・26日、10月3・10・17・24・31日、11月7・14・21・28日、12月5・12・19日 ●開催回数:16回

## ■サッカー Jリーグ所属、横浜FCスクールコーチによるサッカー教室！

**J922 サッカー幼児(月) 対象:年中~年長**  
15:40~16:30 <<講師:横浜FCスクールコーチ>> ※J925と同じ教室内容です  
●定員:20名 ●料金15,080円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月1・8・22・29日、10月6・20・27日、11月10・17日、12月1・8・15・22日 ●開催回数:13回

## ■バレエ 基礎から学んで美しい姿勢を身に付けます

**J934 キッズバレエ(月) 対象:年中・年長**  
15:30~16:20 <<講師:マミ>>  
●定員:15名 ●料金:13,920円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月1・8・22・29日、10月6・20・27日、11月10・17日、12月1・8・15日 ●開催回数:12回

**J929 ジュニアバレーボール(金) 対象:小学3~6年生**  
17:20~18:30 <<講師:元全日本選手・Vリーグ選手>>  
●定員:24名 ●料金:26,100円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月5・19・26日、10月3・10・17・24・31日、11月7・14・21・28日、12月5・12・19日 ●開催回数:15回

**J932 HIP HOP 小学3~5年生(金)**  
対象:小学3,4年生、小学5年生の初心者  
17:05~17:55 <<講師:矢島>>  
●定員:25名 ●料金:18,560円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月5・12・19・26日、10月3・10・17・24・31日、11月7・14・21・28日、12月5・12・19日 ●開催回数:16回

**J923 サッカー小学1~3年生(月) 対象:初心者~経験者**  
16:45~17:45 <<講師:横浜FCスクールコーチ>> ※J926と同じ教室内容です  
●定員:26名 ●料金15,080円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月1・8・22・29日、10月6・20・27日、11月10・17日、12月1・8・15・22日 ●開催回数:13回

**J935 ジュニアバレエ(月) 対象:小学生**  
16:40~17:40 <<講師:マミ>>  
●定員:15名 ●料金:15,240円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月1・8・22・29日、10月6・20・27日、11月10・17日、12月1・8・15日 ●開催回数:12回

**J930 レベルアップバレーボール(金)**  
対象:中学生以上の女性と男子中学生 ※ネットの高さ215cmで行います  
18:50~20:00 <<講師:元全日本選手・Vリーグ選手>>  
●定員:20名 ●料金:34,650円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月5・19・26日、10月3・10・17・24・31日、11月7・14・21・28日、12月5・12・19日 ●開催回数:15回

**J933 HIP HOP 小学5年生~中学生(金)**  
18:10~19:00 <<講師:矢島>>  
●定員:25名 ●料金:18,560円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月5・12・19・26日、10月3・10・17・24・31日、11月7・14・21・28日、12月5・12・19日 ●開催回数:16回

**J924 サッカー小学4~6年生(月) 対象:初心者~経験者**  
18:00~19:10 <<講師:横浜FCスクールコーチ>> ※J927と同じ教室内容です  
●定員:26名 ●料金16,770円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月1・8・22・29日、10月6・20・27日、11月10・17日、12月1・8・15・22日 ●開催回数:13回

**J927 サッカー小学4~6年生(水) 対象:初心者~経験者**  
18:00~19:10 <<講師:横浜FCスクールコーチ>> ※J924と同じ教室内容です  
●定員:26名 ●料金:14,190円 ●会場:サブアリーナ  
●日程:9月3・10・17日、10月8・22日、11月12・19・26日、12月3・10・17日 ●開催回数:11回

## 親子向けスポーツ教室

**J901 親子体操1・2歳児(火) J902 親子体操2・3歳児(火)**  
1・2歳児(2022/4/2~2024/4/1)+保護者1名、2・3歳児(2021/4/2~2023/4/1)+保護者1名  
様々な器具や道具を使用して親子で楽しく体を動かします  
1・2歳児 9:30~10:30 2・3歳児 10:45~11:45  
●定員:各18組 ●料金:各16,240円 ●会場:多目的ホール  
●日程:9月2・9・16・30日、10月7・14・21・28日、11月4・11・25日、12月9・16・23日 ●開催回数:14回

## キッズ・ジュニアバレエ講師:麻美先生



親子体操教室