

# 令和4年度 冬期スポーツ教室開催日

《令和5年1月～3月》

主催：一般社団法人彦根市スポーツ協会

2023/1/5

番号	教室名	指導者 (敬称略)	曜/ 回数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	期間・回数・ 時間帯	受講料 (回数)
A	太極舞&ヨガ	疋田幸子	月	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	3/20	1/16～3/20 9:30～10:30	7,500円 (10回)
B	リズムダンス フィットネス	疋田幸子	月	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	3/20	1/16～3/20 11:00～12:00	7,500円 (10回)
C	シニア健康ヨガ 体操(A)	小宮山和子	月	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	3/20	1/16～3/20 13:00～14:00	7,500円 (10回)
D	シニア健康ヨガ 体操(B)	小宮山和子	月	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	3/20	1/16～3/20 14:30～15:30	7,500円 (10回)
E	エンジョイ エアロ (A)	沢田喜久	水	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15	1/11～3/15 9:30～10:30	7,500円 (10回)
F	ZUMBA	ナンシー	水	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15	1/11～3/15 11:00～12:00	7,500円 (10回)
G	スタイルアップ ほぐし体操 第2.4	疋田幸子	水	1/11		1/25		2/8		2/22		3/8	3/29	1/11～3/29 13:15～14:15	4,500円 (6回)
H	足・脚ケアヨガ (A) 第1.3	武若垂由美	水		1/18		2/1		2/15		3/1		3/15	1/11～3/15 13:15～14:15	3,750円 (5回)
I	足・脚ケアヨガ (B)	武若垂由美	水	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15	1/11～3/15 14:45～15:45	7,500円 (10回)
J	ステップエアロ	沢田喜久	水	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15	1/11～3/15 19:00～20:00	7,500円 (10回)
K	夜ヨガ	沢田喜久	水	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15	1/11～3/15 20:15～21:15	7,500円 (10回)
L	ヨガ (A)	北 京子	木	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	2/23	3/2	3/9	3/16	1/12～3/16 9:30～10:30	7,500円 (10回)
M	ヨガ (B)	北 京子	木	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	2/23	3/2	3/9	3/16	1/12～3/16 10:45～11:45	7,500円 (10回)
N	ストリートダンス	高橋悠馬	木	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	2/23	3/2	3/9	3/16	1/12～3/16 19:00～20:00	7,500円 (10回)
O	ボディケアヨガ	北 京子	金	1/13	1/20	1/27	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17	3/24	1/13～3/24 14:00～15:00	7,500円 (10回)
P	ボルドブラ& コアトレ	沢田喜久	金	1/13	1/20	1/27	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17	3/24	1/13～3/24 19:00～20:00	7,500円 (10回)
Q	エンジョイ エアロ (B)	沢田喜久	金	1/13	1/20	1/27	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17	3/24	1/13～3/24 20:15～21:15	7,500円 (10回)

R	ハンドボール(B) 小学生	前川和三 小林弘和	金	1/13		1/27		2/10		2/24	3/3	3/10		1/13～3/10 19:00～20:30	4,500円 (6回)
---	------------------	--------------	---	------	--	------	--	------	--	------	-----	------	--	--------------------------	----------------

尚、26の教室は別途 入会費,保険加入(3,000円)が必要