

# 令和6年度 冬期スポーツ教室開催日

《令和7年1月～3月》

主催：一般社団法人彦根市スポーツ協会

2024/12/13

番号	教室名	指導者 (敬称略)	曜/ 回数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	予備日	期間・回数・ 時間帯	受講料 (回数)	定員
A	弓道	彦根市弓道連盟	水	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/19	2/26	3/5				1/8～3/5 13:30～15:30	14,000円 (8回)	20
C	太極舞&ヨガ	疋田幸子	月	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	3/3	3/10	3/17	3/24	3/31	4/7	1/20～3/31 9:30～10:30	8,800円 (10回)	25
D	リズムダンス フィットネス	疋田幸子	月	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	3/3	3/10	3/17	3/24	3/31	4/7	1/20～3/31 11:00～12:00	8,800円 (10回)	25
E	シニア健康ヨガ体操	小宮山和子	月	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	3/3	3/10	3/17	3/24	3/31	4/7	1/20～3/31 13:30～14:30	8,800円 (10回)	40
F	チェアヨガ	小宮山和子	月	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	3/3	3/10	3/17	3/24	3/31	4/7	1/20～3/31 14:50～15:50	8,800円 (10回)	40
G	エンジョイ エアロ (A)	沢田喜久	水	1/8	1/22	1/29	2/5	2/19	2/26	3/5	3/12	3/19	3/26	4/2	1/8～3/26 9:30～10:30	8,800円 (10回)	40
H	背骨の調律 Tone & Reborn	沢田喜久	水	1/8	1/22	1/29	2/5	2/19	2/26	3/5	3/12	3/19	3/26	4/2	1/8～3/26 10:45～11:45	8,800円 (10回)	40
I	スタイルアップ ほぐし体操 第2.4	疋田幸子	水	1/8	1/22	1/29	2/26	3/12						4/2	1/8～3/12 13:15～14:15	4,400円 (5回)	40
J	はじめての ピラティス	武若亜由美	水	1/15	2/5	2/19	3/5	3/19						3/26	1/15～3/19 13:15～14:15	4,400円 (5回)	40
K	足・脚ケアヨガ	武若亜由美	水	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/19	2/26	3/5	3/12	3/19	3/26	1/8～3/19 14:35～15:35	8,800円 (10回)	40
L	ステップエアロ	沢田喜久	水	1/8	1/15	1/29	2/5	2/19	2/26	3/5	3/12	3/19	3/26	4/2	1/8～3/26 19:00～20:00	8,800円 (10回)	40
M	夜ヨガ	沢田喜久	水	1/8	1/15	1/29	2/5	2/19	2/26	3/5	3/12	3/19	3/26	4/2	1/8～3/26 20:10～21:10	8,800円 (10回)	40
N	ヨガ (A)	北 京子	木	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	3/27	1/9～3/13 9:30～10:30	8,800円 (10回)	40
O	ヨガ (B)	北 京子	木	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13		1/9～3/13 10:45～11:45	8,800円 (10回)	40
P	ほぐし&ピラティス	坪井 純子	金	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	3/21	3/28	1/17～3/21 9:30～10:30	8,800円 (10回)	40
Q	リフレッシュヨガ	森重 真紀子	金	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	3/21	3/28	1/17～3/21 11:00～12:00	8,800円 (10回)	40
R	ボディケアヨガ	北 京子	金	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	3/21	1/10～3/14 13:30～14:30	8,800円 (10回)	40
S	シニアスマイル フィットネス	前川麻紀	金	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/28	3/7	3/14	3/21	3/28	1/10～3/21 14:50～15:50	8,800円 (10回)	40
T	ポルドブラ& コアトレ	沢田喜久	金	1/17	1/24	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	3/21	3/28	4/4	1/17～3/28 19:00～20:00	8,800円 (10回)	40
U	エンジョイ エアロ (B)	沢田喜久	金	1/17	1/24	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	3/21	3/28	4/4	1/17～3/28 20:10～21:10	8,800円 (10回)	40