

# LESSONプログラム (2025年 4~6月スケジュール)

曜日	クラス名	場所	時間	担当	定員	クール	料金	都度参加	4月	5月	6月
火	リンパヨガ&エアロ	第3	10:15 ~11:15	西田	30	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回	8 15 22	6 20 27	3 10 17 24
	ZUMBA	第3	19:15 ~20:00	MARIKO	30	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回	8 15 22	20 27	3 10 17 24
水	おやこ☆あそび STAR5 (1歳半~3歳11ヵ月)	第2	10:00 ~11:00	上田	10	1ヶ月	700円×月回数	800円/回	9 16 23	14 21 28	4 11 18 25
	心もほぐすヨガ	第3	10:00 ~11:30	田中	12	1ヶ月	1000円×月回数	1,300円/回	9 16 23	14 21 28	4 11 18 25
	キッズ体操 STAR5(3歳)	第2	16:00 ~17:00	高屋敷	30	1ヶ月	700円×月回数	-	9 16 23	14 21 28	4 11 18 25
	キッズ体操 STAR5(4歳~5歳)	大体育室 奥1/2	15:50 ~16:50	上・久保田	30	1ヶ月	700円×月回数	-	9 16 23	14 21 28	4 11 18 25
	キッズ体操 STAR5(小学1年~3年)	大体育室 奥1/2	16:55 ~17:55	上・久保田	30	1ヶ月	700円×月回数	-	9 16 23	14 21 28	4 11 18 25
	キッズダンス入門	第3	15:45 ~16:45	RINKO	20	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回	9 16 23	14 21 28	4 11 18 25
	キッズダンス初級with英会話	第3	16:50 ~17:50	RINKO	20	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回	9 16 23	14 21 28	4 11 18 25
	卓球教室 入門	大体育室 奥1/2	18:00 ~19:10	乗村	10	3ヶ月	700円×開催数	-	2 16 23	14 21 28	4 18 25
	卓球教室 初級	大体育室 奥1/2	19:20 ~20:30	乗村	10	3ヶ月	700円×開催数	-	2 16 23	14 21 28	4 18 25
木	ベーシックヨガ	会議室	9:30 ~10:30	中本	10	1ヶ月	900円×月回数	1,300円/回	3 10 17 24	1 15 22 29	5 12 19 26
	しゅふスポ	大体育室 奥1/2	10:15 ~12:00	一ノ瀬	30	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回	10 17 24	1 15 22 29	5 12 19 26
	ダイナミックヨガ	会議室	10:45 ~11:45	中本	10	1ヶ月	900円×月回数	1,300円/回	3 10 17 24	1 15 22 29	5 12 19 26
	いきいき元気体操	大体育室 奥1/2	13:30 ~15:00	川本	30	3ヶ月	500円×開催数	-	10 17 24	15 22 29	5 12 19 26
	キッズ体操 STAR5(4歳~5歳)	大体育室 奥1/2	15:50 ~16:50	高屋敷	30	1ヶ月	700円×月回数	-	10 17 24	15 22 29	5 12 19 26
	キッズ体操 STAR5(小学1年~3年)	大体育室 奥1/2	16:55 ~17:55	高屋敷	30	1ヶ月	700円×月回数	-	10 17 24	15 22 29	5 12 19 26
	キッズトータルスポーツ STAR5(3歳)スピカ	第2	16:00 ~17:00	上田	20	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回	10 17 24	15 22 29	5 12 19 26
金	やさしいピラティス	第3	9:15 ~10:00	日隈	10	1ヶ月	1,000円×月回数	1,500円/回	4 11 18 25	16 23 30	6 13 20 27
	ベーシックヨガ	会議室	14:00 ~15:00	中本	10	1ヶ月	900円×月回数	1,300円/回	4 11 18 25	2 16 23 30	6 13 20 27
	キッズトータルスポーツ STAR5(4歳~5歳)リゲル	大体育室 奥1/2	16:00 ~17:00	上田	30	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回	11 18 25	16 23 30	6 13 20 27
	キッズトータルスポーツ STAR5(小学1年~3年)ステラ	大体育室 奥1/2	16:00 ~17:00	REN	30	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回	11 18 25	16 23 30	6 13 20 27
	キッズトータルスポーツ STAR5(小学4年~6年)シリウス	大体育室 奥1/2	17:00 ~18:00	REN	30	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回	11 18 25	16 23 30	6 13 20 27
	ジュニア器械体操 STAR5(小学4年~6年)	大体育室 奥1/2	16:30 ~18:00	橋本・川本	25	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回 <small>※卒業生のみ (中学3年生まで)</small>	11 18 25	16 23 30	6 13 20 27
	はじめてダンス	第3	19:30 ~20:30	石通	30	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回	4 11 18	2 16 23 30	6 13 20 27
土	おやこ☆あそび STAR5 (1歳半~3歳11ヵ月)	会議室	9:30 ~10:30	上田	10	1ヶ月	700円×月回数	800円/回	12 19 26	10 17 24 31	7 14 21 28
	ハピバス ウェルネス	会議室	11:00 ~12:00	前山	12	1ヶ月	1,500円×月回数	2,000円/回	5 12 19	10 17 24 31	7 14 21 28
	ハピバス フィットネス	会議室	12:15 ~13:15	前山	12	1ヶ月	1,500円×月回数	2,000円/回	5 12 19	10 17 24 31	7 14 21 28
日	モーニング ヨガ	第2	9:30 ~10:30	石田	30	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回	6 13 20 27	4 11 18 25	1 8 15 22 29

## ☆☆ STAR5 のプログラム☆☆☆

・おやこ☆あそび  
(1歳半~3歳11ヵ月)

### 【キッズ体操コース】

- ・3歳児
- ・4歳児/5歳児
- ・小学1年生~3年生
- ・小学4年生~6年生(器械体)

### 【トータルスポーツコース】

- ・スピカ ▶ 3歳児
- ・リゲル ▶ 4歳児/5歳児
- ・ステラ ▶ 小1~3年生
- ・シリウス ▶ 小4~6年生

## ▼お知らせ▼

全レッスン初回500円で  
体験出来ます。  
是非ご利用ください。

ハッピーバレエストレッチのクラス名称が「ハピバス」になりました

泉大津市立総合体育館 TEL 0725-33-1200