

LESSONプログラム (2025年 7~9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	7月				8月				9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	1	8	15	29	5	19	26	2	9	23	30		
	ZUMBA	第3	19:15~20:00	MARIKO	30	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回	1	8	15	29	5	19	26	2	9		30		
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	2	9	16	30	6	20	27	3	10				
	心もほぐすヨガ	会議室	10:00~11:30	田中	12	1ヶ月	1000円×月回数	1,300円/回	2	9	16	30	6	20	27	3	10				
	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	-	2	9	16	30		20	27	3	10				
	キッズ体操 STAR5 (4歳~5歳)	大体育室 入口1/2	15:50~16:50	上・久保田	30	1ヶ月	700円×月回数	-	2	9	16	30	6	20	27	3	10				
	キッズ体操 STAR5 (小学1年~3年)	大体育室 入口1/2	16:55~17:55	上・久保田	30	1ヶ月	700円×月回数	-	2	9	16	30	6	20	27	3	10				
	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	2	9	16			20	27	3	10				
	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	2	9	16			20	27	3	10				
	卓球教室 入門	大体育室 奥1/2	18:00~19:10	栗村	10	3ヶ月	700円×開催数	-		9		30	6	20	27	3	10				
	卓球教室 初級	大体育室 奥1/2	19:20~20:30	栗村	10	3ヶ月	700円×開催数	-		9		30	6	20	27	3	10				
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		10	17	24	31	7		21	28	4	11	18	25
	しゅふスボ	大体育室 入口1/2	10:15~12:00	一ノ瀬	30	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回	3	10	17	24	31	7		21	28	4	11	18	25
	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		10	17	24	31	7		21	28	4	11	18	25
	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	31					4	11	18	25
	キッズ体操 STAR5 (4歳~5歳)	大体育室 入口1/2	15:50~16:50	高屋敷	30	1ヶ月	700円×月回数	-	3	10	17	24	31			21	28	4	11	18	
	キッズ体操 STAR5 (小学1年~3年)	大体育室 入口1/2	16:55~17:55	高屋敷	30	1ヶ月	700円×月回数	-	3	10	17	24	31			21	28	4	11	18	
	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	3	10	17	24	31	7		21	28	4	11	18	25
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	1	15	22	29	5	12	19	26	
	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		11	18	25	1	8		22	29	5	12	19	26
	キッズトータルスポーツ STAR5 (4歳~5歳) リゲル	大体育室 入口1/2	16:00~17:00	上田	30	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回	4	11	18	25	1	8		22	29	5	12	19	26
	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 入口1/2	16:00~17:00	REN	30	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回	4	11	18	25	1	8		22	29	5	12	19	26
	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 入口1/2	17:00~18:00	REN	30	1ヶ月	700円×月回数	1,000円/回	4	11	18	25	1	8		22	29	5	12	19	26
	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			22	29	5	12	19	26	
	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	25	1	8		22	29	5	12	19	
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	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27
	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	26	2	9		23	30	6	13	20	27
	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	26	2	9		23	30	6	13	20	27
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	3	10	17		31	7	14	21	28

☆☆ 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 (器械体操)

【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