

9月12日14時～追加募集開始!

秋の定期教室 10月～12月

親子・子ども教室

**親子体操**

●日程→水曜 10:30～11:30  
●参加料→5,500円  
●定員→45組  
●対象→H30.4.2～R2.4.1生  
●会場→第2体育室

**No.29**

10月/5・12・19・26  
11月/2・9・16・30  
12月/7・14 全10回

**ジュニアヒップポップ**

●日程→水曜 16:00～16:50  
●参加料→5,500円  
●定員→40名  
●対象→小1～3年生  
●会場→第3体育室

**No.30**

10月/5・12・19・26  
11月/2・9・16・30  
12月/7・14 全10回

**ヒップホップダンス**

●日程→水曜 17:00～17:50  
●参加料→7,500円  
●定員→17名  
●対象→小4～6年生  
●会場→研修室

**No.31**

10月/5・12・19・26  
11月/2・9・16・30  
12月/7・14 全10回

**ジュニアバレエ**

●日程→火曜 17:00～17:50  
●参加料→7,500円  
●定員→17名  
●対象→年長～4年生  
●会場→研修室

**No.32**

10月/4・11・18・25  
11月/1・8・15・22  
12月/6・13 全10回

**幼児体操(年中)**

●日程→水曜 14:30～15:30  
●参加料→4,500円  
●定員→40名  
●対象→年中  
●会場→第2体育室

**No.33**

10月/5・12・19・26  
11月/2・9・16・30  
12月/7・14 全10回

**幼児体操(年長)**

●日程→水曜 15:45～16:45  
●参加料→4,500円  
●定員→40名  
●対象→年長  
●会場→第2体育室

**No.34**

10月/5・12・19・26  
11月/2・9・16・30  
12月/7・14 全10回

**入門! 体育塾**

●日程→土曜 9:00～10:30  
●参加料→6,600円  
●定員→50名  
●対象→小1～4年生  
●会場→第2体育室

**No.35**

10月/8・15・22・29  
11月/5・12・19・26  
12月/2・9・16・23 全11回

**幼児フットサル**

●日程→火曜 15:30～16:45  
●参加料→7,500円  
●定員→30名  
●対象→年中・年長  
●会場→第1体育室

**No.36**

10月/4・11・18・25  
11月/1・15・22・29  
12月/6・13 全10回

**ジュニアフットサル**

●日程→火曜 15:30～16:45  
●参加料→7,500円  
●定員→30名  
●対象→小1～2年生  
●会場→第1体育室

**No.37**

10月/4・11・18・25  
11月/1・15・22・29  
12月/6・13 全10回

**少年フットサル**

●日程→火曜 17:00～18:30  
●参加料→8,200円  
●定員→50名  
●対象→小3～6年生  
●会場→第1体育室

**No.38**

10月/4・11・18・25  
11月/1・15・22・29  
12月/6・13 全10回

**火曜キッズチアダンス**

●日程→火曜 17:00～17:50  
●参加料→16,500円  
●定員→20名  
●対象→小1～4年生  
●会場→第3体育室

**NEW**

10月/4・11・18・25  
11月/1・8・15・22  
12月/6・13 全10回

**火曜ジュニアチアダンス**

●日程→火曜 18:00～18:50  
●参加料→16,500円  
●定員→20名  
●対象→小5～中3年生  
●会場→第3体育室

**NEW**

10月/4・11・18・25  
11月/1・8・15・22  
12月/6・13 全10回

**水曜キッズチアダンス**

●日程→水曜 17:00～17:50  
●参加料→16,500円  
●定員→20名  
●対象→小1～4年生  
●会場→第3体育室

**NEW**

10月/5・12・19・26  
11月/2・9・16・30  
12月/7・14 全10回

**水曜ジュニアチアダンス**

●日程→水曜 18:00～18:50  
●参加料→16,500円  
●定員→20名  
●対象→小5～中3年生  
●会場→第3体育室

**NEW**

10月/5・12・19・26  
11月/2・9・16・30  
12月/7・14 全10回

**キッズバスケ**

●日程→水曜 17:00～17:50  
●参加料→16,500円  
●定員→20名  
●対象→小1～3年生  
●会場→第3体育室

**NEW**


10月/5・12・19・26  
11月/2・9・16・30  
12月/7・14 全10回


**ジュニアバスケ**

●日程→水曜 18:00～18:50  
●参加料→16,500円  
●定員→20名  
●対象→小4～6年生  
●会場→第3体育室

**NEW**

10月/5・12・19・26  
11月/2・9・16・30  
12月/7・14 全10回

 → **残り10名以下!**

 → **定員となりました**



**【お問い合わせ先】**  
**横浜市南スポーツセンター**  
 ☎ 045-743-6341

9月12日14時～追加募集開始!

秋の定期教室 10月～12月

ヨガ・調整系

**インナーシェイプヨガ**

●日程→火曜 18:00～18:50 **No③**

●参加料→6,500円

●定員→17名 10月/4・11・18・25

●対象→16歳以上 11月/1・8・15・22

●会場→研修室 12月/6・13 全10回

**ココロとカラダのヨガ**

●日程→水曜 12:00～12:50 **No④**

●参加料→5,500円

●定員→60名 10月/5・12・19・26

●対象→16歳以上 11月/2・9・16・30

●会場→第3体育室 12月/7・14 全10回

**骨盤矯正&ヨガストレッチ**

●日程→金曜 15:00～15:50 **No⑤**

●参加料→6,050円

●定員→17名 10月/7・14・21・28

●対象→16歳以上 11月/4・11・18・25

●会場→研修室 12月/2・9・16 全11回

**バレトン**

●日程→木曜 11:00～11:50 **No⑥**

●参加料→7,500円

●定員→17名 10月/6・13・20・27

●対象→16歳以上 11月/10・17・24

●会場→研修室 12月/1・8・15 全10回

**気功**

●日程→木曜 9:15～10:45 **No⑦**

●参加料→6,000円

●定員→80名 10月/6・13・20・27

●対象→16歳以上 11月/10・17・24

●会場→第2体育室 12月/1・8・15 全10回

**太極拳**

●日程→金曜 9:00～10:15 **No⑧**

●参加料→6,000円

●定員→86名 10月/14・21・28

●対象→16歳以上 11月/4・11・18・25

●会場→第2体育室 12月/2・9・16 全10回

**調整骨盤ピラティス**

●日程→火曜 10:00～10:50 **No⑨**

●参加料→5,400円

●定員→17名 10月/4・18・25

●対象→16歳以上 11月/1・8・15・22

●会場→研修室 12月/6・13 全9回

**木曜ピラティス**

●日程→木曜 18:00～18:50 **No⑩**

●参加料→6,000円

●定員→17名 10月/6・13・20・27

●対象→16歳以上 11月/10・17・24

●会場→研修室 12月/1・8・15 全10回

スポーツ系・文化系

**朝のバドミントン**

●日程→火曜 9:00～10:45 **No⑪**

●参加料→10,500円

●定員→66名 10月/4・11・18・25

●対象→16歳以上 11月/1・8・15・22

●会場→第1体育室 12月/6・13 全10回

**夜のバドミントン**

●日程→木曜 19:00～19:45 **No⑫**

●参加料→10,500円

●定員→33名 10月/6・13・20・27

●対象→16歳以上 11月/10・17・24

●会場→第1体育室 12月/1・8・15 全10回

**卓球①**

●日程→火曜 11:00～12:45 **No①**

●参加料→8,500円

●定員→42名 10月/4・11・18・25

●対象→16歳以上 11月/1・15・22・29

●会場→第1体育室 12月/6・13 全10回

**卓球②**

●日程→火曜 13:00～14:45 **No②**

●参加料→8,500円

●定員→84名 10月/4・11・18・25

●対象→16歳以上 11月/1・15・22・29

●会場→第1体育室 12月/6・13 全10回

**金曜卓球**

●日程→金曜 13:00～14:45 **No⑬**

●参加料→8,500円

●定員→70名 10月/7・14・21・28

●対象→16歳以上 11月/4・11・18・25

●会場→第1体育室 12月/2・9 全10回

**達筆への道**

●日程→月曜 11:15～11:45 **No⑭**

●参加料→3,500円

●定員→17名 10月/3・24

●対象→16歳以上 11月/14・28

●会場→研修室 12月/2 全5回

**絵手紙**

●日程→火曜 11:10～12:45 **No⑮**

●参加料→3,750円

●定員→17名 10月/4・18

●対象→16歳以上 11月/1・15

●会場→研修室 12月/6 全5回

健康づくり

**わくわく健康体操**

●日程→月曜 11:15～12:30 **No⑯**

●参加料→3,840円

●定員→60名 10月/3・24・31

●対象→55歳以上 11月/7・14・28

●会場→第1体育室 12月/5・12 全8回

**頭すっきり体操**

●日程→水曜 9:15～10:15 **No⑰**

●参加料→4,500円

●定員→60名 10月/5・12・19・26

●対象→60歳以上 11月/2・9・16・30

●会場→第2体育室 12月/7・14 全10回

**意気揚々**

●日程→水曜 13:00～14:00 **No⑱**

●参加料→4,500円

●定員→87名 10月/5・12・19・26

●対象→65歳以上 11月/2・9・16・30

●会場→第2体育室 12月/7・14 全10回

**楽しく運動しよう**

●日程→水曜 15:00～15:50 **No⑲**

●参加料→4,500円

●定員→40名 10月/5・12・19・26

●対象→50歳以上 11月/2・9・16・30

●会場→第3体育室 12月/7・14 全10回

**はつらつ**

●日程→金曜 11:15～12:15 **No⑳**

●参加料→4,950円

●定員→87名 10月/7・14・21・28

●対象→60歳以上 11月/4・11・18・25

●会場→第2体育室 12月/2・9・16 全11回

**基礎体力づくり**

●日程→金曜 12:30～13:30 **No㉑**

●参加料→4,950円

●定員→60名 10月/7・14・21・28

●対象→40歳以上 11月/4・11・18・25

●会場→第2体育室 12月/2・9・16 全11回

**エンジョイ**

●日程→金曜 13:45～14:45 **No㉒**

●参加料→4,950円

●定員→80名 10月/7・14・21・28

●対象→50歳以上 11月/4・11・18・25

●会場→第2体育室 12月/2・9・16 全11回

**やさしい筋力バランスUP**

●日程→金曜 10:25～11:05 **No㉓**

●参加料→4,180円

●定員→60名 10月/7・14・21・28

●対象→50歳以上 11月/4・11・18・25

●会場→第2体育室 12月/2・9・16 全11回

ダンス

**フラダンス**

●日程→木曜 15:15～16:30 **No㉔**

●参加料→6,500円

●定員→40名 10月/6・13・20・27

●対象→16歳以上 11月/10・17・24

●会場→第2体育室 12月/1・8・15 全10回

**フラメンコ**

●日程→木曜 10:00～10:50 **No㉕**

●参加料→7,500円

●定員→17名 10月/6・13・20・27

●対象→16歳以上 11月/10・17・24

●会場→研修室 12月/1・8・15 全10回

**初めての社交ダンス**

●日程→土曜 9:15～10:45 **No㉖**

●参加料→7,700円

●定員→14名 10月/8・15・22・29

●対象→16歳以上 11月/5・12・19・26

●会場→研修室 12月/3・10・17 全11回

**木曜ベリーダンス**

●日程→木曜 12:00～12:50 **No㉗**

●参加料→7,500円

●定員→17名 10月/6・13・20・27

●対象→16歳以上 11月/10・17・24

●会場→研修室 12月/1・8・15 全10回

**金曜ベリーダンス**

●日程→金曜 18:00～18:50 **No㉘**

●参加料→8,250円

●定員→17名 10月/7・14・21・28

●対象→16歳以上 11月/4・11・18・25

●会場→研修室 12月/2・9・16 全11回

△ → **残り10名以下!**

× → **定員となりました**

【お問い合わせ先】  
 横浜市南スポーツセンター  
 ☎ 045-743-6341