メインアリーナ　【第2期】2022年7月～9月度開催

大人教室 フロア教室ご案内

【一次申込期間：2022年5月24日(火)～6月6日(月)まで】

＊募集締切後も、定員に満たない教室については先着順で申込を受付けます。

YOKOSUKA CITY GYMNASIUM

あなたに合った運動教室で代謝を高め、身体の中から健康増進を図りましょう!!
各教室で体験を随時受付けております！　■体験料：1,100円

●体験参加後、当日体験した教室の申込をいただけた場合、1,100円キャッシュバックいたします。※体験は定員に満たない教室のみお受けできます。

ボクシングエクササイズ
月曜日
■7/4～9/26（9回）
※7/11・18、8/15、9/19除く
■受講費：7,650円
■場　所：第二体育室
■定　員：20名
■時間／12:15～13:15

エンジョイフラダンス
月曜日
■7/4～9/26（9回）
※7/11・18、8/15、9/19除く
■受講費：7,650円
■場　所：第二体育室
■定　員：20名
■時間／15:00～16:00

腰痛予防ストレッチ
月曜日
■7/4～9/26（9回）
※7/11・18、8/15、9/19除く
■受講費：7,650円
■場　所：第一体育室
■定　員：25名
■時間／13:00～14:00

骨盤調整エクササイズ
月曜日
■7/4～9/26（9回）
※7/11・18、8/15、9/19除く
■受講費：7,650円
■場　所：第一体育室
■定　員：25名
■時間／14:40～15:40

ピラティス
月曜日
■7/4～9/26（9回）
※7/11・18、8/15、9/19除く
■受講費：7,650円
■場　所：第一体育室
■定　員：25名
■時間／16:00～17:00

トランポリン教室　小学生～成人
火曜日
■7/5～9/20（10回）
※7/12、8/16除く
■受講費：9,500円
■場　所：競技場
■定　員：30名
■時間／17:00～18:30

卓球教室　小学生～成人
火曜日
■7/5～9/27（10回）
※7/12、8/2・16除く
■受講費：8,500円
■場　所：競技場
■定　員：20名
■時間／19:00～20:30

やさしいナイトパワーヨガ
火曜日
■7/5～9/27（11回）
※7/12、8/16除く
■受講費：9,350円
■場　所：第二体育室
■定　員：25名
■時間／19:45～20:45

太極舞
水曜日
■7/6～9/28（10回）
※7/27、8/3・17除く
■受講費：8,500円
■場　所：第一MR
■定　員：20名
■時間／11:00～12:00

ZUMBA GOLD
水曜日
■7/6～9/28（10回）
※7/27、8/3・17除く
■受講費：8,500円
■場　所：第一MR
■定　員：20名
■時間／12:15～13:15

脂肪燃焼エクササイズ
水曜日
■7/6～9/28（10回）
※7/27、8/3・17除く
■受講費：8,500円
■場　所：第一MR
■定　員：20名
■時間／13:30～14:30

エイジレス骨盤ビューティーヨガ
水曜日
■7/6～9/28（12回）
※8/17除く
■受講費：10,200円
■場　所：第三体育室
■定　員：20名
■時間／12:15～13:15

ZUMBA～ラテン系ダンス～
水曜日
■7/6～9/28（12回）
※8/17除く
■受講費：10,200円
■場　所：第三体育室
■定　員：20名
■時間／13:40～14:40

シェイプアップボディ
木曜日
■7/7～9/29（10回）
※7/28、8/4・11除く
■受講費：8,500円
■場　所：第一MR
■定　員：20名
■時間／10:30～11:30

ピラティス入門
木曜日
■7/7～9/29（12回）
※8/11除く
■受講費：10,200円
■場　所：第三体育室
■定　員：20名
■時間／12:15～13:15

姿勢改善運動&ストレッチ
木曜日
■7/7～9/29（12回）
※8/11除く
■受講費：10,200円
■場　所：第三体育室
■定　員：20名
■時間／13:30～14:30

ボディメンテナンス
木曜日
■7/7～9/29（11回）
※7/28、8/11除く
■受講費：9,350円
■場　所：第一MR
■定　員：20名
■時間／19:00～20:00

バレトン
金曜日
■7/1～9/30（11回）
※7/29、8/12、9/23除く
■受講費：9,350円
■場　所：第二体育室
■定　員：25名
■時間／14:15～15:15

リラックスヨガ
金曜日
■7/1～9/30（9回）
※7/22・29、8/12、9/2・23除く
■受講費：7,650円
■場　所：第一MR
■定　員：20名
■時間／19:45～20:45

＊表示金額は全て税込です。＊申込状況により、教室の開催を見合わせる場合がございます。＊新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、利用方法を変更する場合がございます。

〈主　催〉横須賀市体育会館指定管理者
スポーツコミュニティよこすか
SPORTS COMMUNITY YOKOSUKA
https://yokosuka-arena.jp
〒238-0051　横須賀市不入斗町1－2【利用時間／9：00～21：00】
メインアリーナ☎046-826-2800

【申込方法】教室の申込は、下記の方法がご利用いただけます

①直接申込【受付時間／10：00～20：00】
※受付に設置してある『参加申込書』にご記入の上、事務室受付に申込ください。

②HPより申込
横須賀アリーナホームページ
https://yokosuka-arena.jp
※上記記載のQRコードから教室申込ページには飛べません。

メインアリーナ　【第2期】2022年7月～9月度開催

こども教室 フロア教室ご案内

【一次申込期間：2022年5月24日(火)～6月6日(月)まで】

＊募集締切後も、定員に満たない教室については先着順で申込を受付けます。

YOKOSUKA CITY GYMNASIUM

各教室で体験を随時受付けております！■体験料：1,100円

●体験参加後、当日体験した教室の申込をいただけた場合、1,100円キャッシュバックいたします。

※体験は定員に満たない教室のみお受けできます。

お子さまに合った教室で心身共に健康増進を図りましょう!!

こどもフラダンス 小学生

月曜日

フラダンスの基本ステップから、1曲完成まで目指します。かわいい笑顔でハワを着て踊りましょう！

■7/4～9/26（9回）
※7/11・18、8/15、9/19除く
■受講費：7,650円
■場　所：第二体育室　■定　員：20名

■時間／16:30～17:30

キッズチアダンス 初級・中級 小学生

火曜日

ポンポンを持って楽しく体を動かすクラスです。音楽に合わせて楽しく踊りましょう！

■7/5～9/27（10回）※7/12、8/16・23除く
■受講費：各8,500円
■場　所：第二体育室
■定　員：各20名
■教材費（ポンポン）：1,180円別途

■時間／【初級】17:00～18:00
【中級】18:10～19:10

キッズチアダンス 4歳～未就学児 小学生

金曜日

■7/1～9/30（11回）※7/29、8/12、9/23除く
■受講費：各9,350円
■場　所：第二体育室
■定　員：各25名
■教材費（ポンポン）：1,180円別途

■時間／【4歳～未就学児】15:30～16:30
【小学生】16:50～17:50

体操教室 小学生

火曜日

「できない」をなくそう！！
レベルに分けた班で練習を行います。
種目：鉄棒・マット・とび箱

■7/5～9/27（11回）※7/12、8/16除く
■受講費：9,350円
■場　所：第一MR
■定　員：15名

■時間／17:30～18:30

トランポリン教室 小学生～成人

火曜日

競技用公認トランポリン（ユーロトランポリン）を使用した本格的トランポリン教室！！

■7/5 ～ 9/20（10回）※7/12、8/16除く
■受講費：9,500円
■場　所：メインアリーナ競技場
■定　員：30名
※教室中に認定テストが受けられます。（受験料別途）

■時間／17:00～18:30

卓球教室 小学生～成人

火曜日

初めてラケットを握る方から技術向上を目指す方までレベルに合わせた練習を行うクラスです。

■7/5～9/27（10回）※7/12、8/2・16除く
■受講費：8,500円
■場　所：メインアリーナ競技場
■定　員：20名
※卓球ラケットをご持参ください

■時間／19:00～20:30

体育スクール

4歳～未就学児　小学生　特化クラス

■場所：第一MR　■定員：各15名

「楽しく」をモットーに運動嫌いをなくそう！！種目：鉄棒・マット・とび箱特化クラスでは、鉄棒、マット、跳び箱を集中的に行います。技術向上、苦手克服にオススメ！！

水曜日

■7/6～9/28（10回）※7/27、8/3・17除く
■受講費：各8,500円

金曜日

4歳～未就学児	小学生	特化クラス
■7/1～9/30（6回） ※7/8・22・29、 8/5・12、 9/2・9・23除く ■受講費：5,100円	■7/1～9/30（8回） ※7/22・29、 8/5・12、 9/2・23除く ■受講費：6,800円	■7/1～9/30（9回） ※7/22・29、 8/12、 9/2・23除く ■受講費：7,650円

■時間／【4歳～未就学児】15:40～16:30　【特化】18:00～18:50
【小学生】16:45～17:45

川崎ブレイブサンダースkids教室 年中～小5年以上

水曜日

川崎ブレイブサンダースアカデミーが運営するバスケットボールスクールです。“楽しく学ぶ”をコンセプトに、バスケットボールの競技力向上はもちろん、課題に対して自ら考えて実践する、仲間とともに目標を達成する、といった社会で活躍できる人材となるための素養を磨いていきます。

■7/6～9/21（7回）※7/13・20・27、8/17、9/7除く
■場　所：サブアリーナ競技場 ※時間・受講費はクラスによって異なります。

©KBT

【お申込・お問合せは、川崎ブレイブサンダースのHPをご覧ください】
https://kawasaki-bravethunders.com/news/detail/id=17435

■時間／16:00～21:00【1時間ずつ4クラス】

リズムダンス入門

4歳～未就学児

木曜日

■7/7～9/29（10回）
※7/28、8/4・11除く
■受講費：8,500円
■場　所：第一MR
■定　員：20名

■時間／16:00～17:00

ジュニアダンス 小学生

ダンスの基本的なステップから応用までをリズムに合わせて練習します。個性を大切に、自分らしさを発見できるクラスです。

木曜日

■7/1～9/29（11回）
※7/28、8/11除く
■受講費：9,350円
■場　所：第一MR
■定　員：20名

■時間／17:30～18:30

＊表示金額は全て税込です。＊申込状況により、教室の開催を見合わせる場合がございます。＊新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、利用方法を変更する場合がございます。

〈主　催〉横須賀市体育会館指定管理者

スポーツコミュニティよこすか SPORTS COMMUNITY YOKOSUKA

https://yokosuka-arena.jp

〒238-0051　横須賀市不入斗町1－2【利用時間／9：00～21：00】

メインアリーナ☎046-826-2800

【申込方法】教室の申込は、下記の方法がご利用いただけます

①直接申込【受付時間／10：00～20：00】
＊受付に設置してある『参加申込書』にご記入の上、事務室受付に申込ください。

②HPより申込
横須賀アリーナホームページ
https://yokosuka-arena.jp
＊上記記載のQRコードから教室申込ページには飛べません。