



手軽に始めよう!夏から運動習慣!

# コース型・スポーツ教室のご案内



## 大人教室

### 大人水泳・アクア教室

[2ヶ月/8回]

教室名	曜日	時間	対象	定員	参加費(税込)
アクアビクス	木	11:30~12:00	16歳以上	30名	4,800円(2ヶ月/8回)
大人水泳教室	金	11:00~12:00		25名	5,000円(2ヶ月/8回)
	土	19:10~20:10		25名	

※別途授業参加毎に施設利用料金がかかります。回数券・定期券の利用可能。詳しくはお問い合わせください。



## スポーツ教室

教室名	曜日	時間	対象	定員	参加費(税込)	
親子体操	火	10:00~11:15	1歳半~入園前	30組	7,300円 (3ヶ月/10回)	
太極拳		A		11:30~13:00		30名
	B	13:15~14:45		30名		
ソフトテニス	水	9:45~11:45		25名	8,000円 (3ヶ月/11回)	
ヨガリフレッシュ		10:15~11:30		45名		
らくらく健康体操		A		12:00~13:30		45名
		B		13:30~15:00		45名
卓球	A	9:30~11:30		30名	7,300円 (3ヶ月/10回)	
	B	15:10~17:10		12名		
バドミントン	金	9:45~11:45		70名	8,000円 (3ヶ月/11回)	
ジャズ体操	土	9:45~11:45	40名			

※スポーツ教室は施設利用料不要です。※途中参加も可能な教室もございます。詳しくはお問い合わせください。

## スタジオプログラム

有料プログラムは事前にお申し込みが必要です。

教室名	曜日	時間	対象	定員	参加費(税込)
はじめてエアロ	水	10:00~10:45	16歳以上	20名	4,500円(2ヶ月/8回)
健康ヨガ	木	9:05~10:20		18名	5,900円(2ヶ月/8回)
シェイプエアロ	木	10:30~11:15		20名	4,500円(2ヶ月/8回)
シェイプステップ	金	10:30~11:15		15名	4,500円(2ヶ月/8回)
リラックスヨガ	金	12:30~13:15		18名	4,500円(2ヶ月/8回)
ボディアタック 45 (有料プログラム)	火	19:30~20:15		12名	700円(1回)
	日	12:00~13:00		12名	回数券
ボディコンバット 45(有料プログラム)	日	13:15~14:15		15名	4,600円(11回)

※別途授業参加毎に施設利用料金がかかります。回数券・定期券の利用可能。※有料プログラムは初回体験・途中参加も可能です。詳しくはお問い合わせください。

## 子ども教室

子ども水泳教室は別途 施設利用料が必要です。

### 子ども水泳教室

参加費 8,100円 [2ヶ月/8回]

単月申込(参加費4,050円) 定員 火・水・木・金・日(各20名)/土(各30名)

※別途授業参加毎に施設利用料350円がかかります。回数券・定期券の利用可能。

体験参加の方は体験後にコナミスポーツの基準で級認定させていただきます。

教室名	曜日	時間	対象・内容
Aクラス	火・木・金	15:50~16:50	3歳~小学生 Aクラス 初めて水泳を習うお子さまからクロールの基礎までのクラスです。
	水	14:45~15:45	
	土①	13:40~14:40	
	土②	14:45~15:45	
Bクラス	日	11:25~12:25	小学生・中学生 Bクラス 学校のプールの真ん中までバタ足で泳げるお子さまからクロール・背泳ぎの習得を目指すクラスです。
	火・木・金	16:55~17:55	
	水・土	15:50~16:50	
B(ステップ)クラス	日	10:20~11:20	B(ステップ)クラス クロールの基礎から4泳法習得を目指すクラスです。
	水・土	16:55~17:55	
Cクラス	金	18:00~19:00	小学生・中学生 Cクラス クロール、背泳ぎを25m泳げるお子さまから4泳法を泳げるお子さま対象のクラスです。
	火・水・木・土	18:00~19:00	
	日	9:15~10:15	

※プールでの練習60分(出欠確認・準備体操・シャワー・移動時間を含む)※期間中にお休みになった場合、1回の振替授業参加が可能です。

## ジュニアバスケットボール

[1ヶ月/4回]

1ヶ月(4回)毎での更新の、バスケットボールの技術を身につける教室です。

クラス	曜日	時間	対象	定員	参加費(税込)
A	火	18:05~19:15	小学1年~小学4年生(未経験者)	各20名	5,940円(1ヶ月/4回)
B		19:20~20:50	小学4年~中学3年生(経験者)		

## 子ども体操教室

参加費 7,750円 [2ヶ月/8回]

年中から始められる器械体操(マット・鉄棒・とび箱)を練習する教室です。

クラス	曜日	時間	対象	定員
キッズクラス	木	15:30~16:30	年中~小学1年生	15名
ジュニアAクラス		16:40~17:40	小学生	17名
ジュニアBクラス		17:50~18:50	小学生(経験者)	17名

## チアダンス

参加費 10,550円 [2ヶ月/8回]

5歳からのチアダンスの教室で、柔軟性と全身のバランス能力を育てます。

クラス	曜日	時間	対象	定員
A	火	16:15~17:15	5歳~小学2年生	各15名
B		17:30~18:30	小学生	

## キッズファンク

参加費 10,550円 [2ヶ月/8回]

5歳からのダンスレッスンの教室で、リズム感と全身の動作技術を育てます。

クラス	曜日	時間	対象	定員	内容
A	木	16:30~17:30	5歳~小学生	20名	ダンスの基礎を学ぶ初級クラス
B		17:30~18:30	小学生~中3	20名	集団のダンスを学ぶ中級クラス
C	金	18:30~19:30	小学生~中3	20名	複雑な振り子を覚える上級クラス
S		19:30~20:30	小学生~中3	15名	個々の技術を高める上級クラス

## 施設利用料

1回からご利用できます。

### ■屋内プール施設利用料

歩行・自由泳エリアと25mの泳ぐコースをご利用いただけます。

区分	1回券	回数券(11回)	定期券(1ヶ月)
子ども (6歳以上16歳未満)	350円	3,500円	2,450円
大人 (16歳以上65歳未満)	700円	7,000円	4,900円
高齢者 (65歳以上)	350円	3,500円	2,450円

### ■トレーニングルーム施設利用料

トレーニング機器とレッスンの為のスタジオをご利用いただけます。

区分	1回券	回数券(11回)	定期券(1ヶ月)
高校生 (16歳以上18歳未満)	400円	4,000円	4,000円
大人 (18歳以上65歳未満)	600円	6,000円	6,000円
高齢者 (65歳以上)	300円	3,000円	3,000円

### ■屋内プール・トレーニングルームセット施設利用料

屋内プールとトレーニングルームのどちらもご利用いただけます。

区分	1回券	回数券(11回)	定期券(1ヶ月)
高校生 (16歳以上18歳未満)	850円	8,500円	7,000円
大人 (18歳以上65歳未満)	1,000円	10,000円	8,500円
高齢者 (65歳以上)	500円	5,000円	4,250円

※トレーニングルームは、高校生(16歳)以上の方がご利用いただけます。(中学卒業後、4月1日までは利用不可)※屋内プールは5歳までは無料でご利用いただけます。(小学4年生以下のお子様は必ず保護者の同伴が必要です。)\*高校生は学生証、65歳以上の方は年齢証明を必ずお持ちください。(お忘れの際は大人料金となります。)

## 体育場施設利用料

体育場利用には事前の申し込みが必要です。

手続き・申込の詳細は、直接お問い合わせください。

	第1体育場		第2体育場	
	平日	土・日・祝	平日	土・日・祝
9:00~12:00	1,400円	1,680円	1,200円	1,440円
12:00~15:00	1,950円	2,340円	1,800円	2,160円
15:00~18:00	1,950円	2,340円	1,800円	2,160円
18:00~21:00	2,500円	3,000円	2,400円	2,880円

※表示価格はすべて税込価格となります。

大阪市立  
平野スポーツセンター  
平野屋内プール