

## 令和8年度 第1期笠松スポーツ教室(フィットネス教室・屋外教室) 日程表

### 【フィットネス教室】

曜日・教室名	時間	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回	第9回	第10回	第11回	携行品・その他		
月	ピラティス(月)	10:00~11:00	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22	6/29	7/6	7/13	/	ヨガマット	
	すっきりストレッチ	13:30~14:30												室内用シューズ・ヨガマット	
	骨盤ストレッチ(月)	18:00~19:00												ヨガマット	
	はじめてのヨガ	19:15~20:15												ヨガマット	
火	シンプルエアロ	13:30~14:30	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	6/23	6/30	7/7	7/14	7/21	室内用シューズ	
	コンディショニングヨガ	18:15~19:15												ヨガマット	
木	骨盤ストレッチ(木)	10:00~11:00	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	6/25	7/2	7/9	7/16	7/23	ヨガマット	
	らくらく筋活	13:30~14:30												室内用シューズ	
	キッズジャズダンス	17:00~18:00												室内用シューズ	
金	ピラティス(金)	10:00~11:00	5/8	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	7/3	7/17	7/24	/	ヨガマット	
	リフレッシュヨガ	18:15~19:15												5/15・7/10は 開催しません	ヨガマット
	骨盤ストレッチ(金)	19:30~20:30												ヨガマット	

### 【屋外教室】

曜日・教室名	時間	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回	予備日	予備日	予備日	携行品・その他	
火	成人テニス	13:00~15:00	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	6/23	6/30	7/7	7/14	7/28	運動靴・ラケット

曜日・教室名	時間	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	予備日	予備日	予備日	携行品・その他	
木	かけっこ	17:00~18:00	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	6/25	7/2	運動靴

曜日・教室名	時間	第1回	予備日
日	親子 スポーツクライミング	10:00~15:00	5/17
			5/23(土)

曜日・教室名	時間	第1回	第2回	第3回	予備日	予備日	その他
土日	アーチェリー	6/13 (土)	6/14 (日)	6/20 (土)	6/27 (土)	6/28 (日)	小雨決行 荒天・雷雨の場合は予備日に実施

・屋外教室は開始時刻の30分前から受付を行います。フィットネス教室は受付を行いません。開始15分前から会場(多目的室)への入室ができます。

【フィットネス教室会場】山新スイミングアリーナ 1F多目的室 ※「らくらく筋活」はトレーニング室も使用 <最寄り駐車場>第5・6駐車場

【成人テニス会場】テニスコート <受付>1番コート <最寄り駐車場>第2駐車場

【かけっこ会場】水戸信用金庫スタジアム(主陸上競技場) <受付>正面入り口 <最寄り駐車場>第1・4駐車場 ※第4駐車場は受付を行う正面入り口の裏側になります。

【親子スポーツクライミング会場】登はん場 <受付>登はん場 <最寄り駐車場>第1・2・4駐車場

【アーチェリー会場】アーチェリー場 <受付>アーチェリー場内 <最寄り駐車場>第6駐車場

・教室を安全に運営するため、開始時刻をお守りいただけますようお願いいたします。

・悪天候等により教室開催を延期または中止にする場合は、笠松運動公園ホームページでお知らせいたしますのでご確認ください。

また、お申込みの際にご登録いただいたメールアドレス宛にも通知いたします。