

令和8年度 第2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	9/7	9/14	9/28	10/5	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	/	/	9/21・10/12は 開催しません	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	9/1	9/8	9/15	9/29	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	9/22・11/3は 開催しません	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	9/3	9/10	9/17	10/1	10/8	10/15	10/22	11/5	11/19	11/26	/	9/24・10/29・ 11/12は 開催しません	ヨガマット
	らくらく筋活	13:30~14:30													室内用シューズ・ヨガマット
	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	9/4	9/11	9/18	10/2	10/9	10/16	10/23	11/6	11/27	/	/	9/25・10/30・ 11/13・11/20は 開催しません	ヨガマット
	リフレッシュヨガ	18:15~19:15													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	9/8	9/15	9/29	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	12/1	9/22・11/3は 開催しません	運動靴・ラケット ※小学生用ラケットは貸出 可

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	9/3	9/10	9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	運動靴

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	13:30~15:30	9/12 (土)	9/13 (日)	9/19 (土)	9/26 (土)	10/3 (土)	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

【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。

【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。