

令和8年度

春期定期教室 参加者募集

2026年4.5.6月



* 継続申込期間

2026年3月9日（月）～

* 新規申込期間

2026年3月16日（月）～

電話での予約は承っておりません。
申込書記入の上、受講料を添えて
体育館総合受付にご来館ください。

対象

キッズ教室⇒年々少～小学生
他教室 ⇒ 中学生以上
(18時以降は成人の同伴が必要)



キッズラボ
1回無料体験
が可能です。

ワンコイン体験期間

2026年4月2日（木）～
2026年4月30日（木）まで

(少人数・キッズラボは除く)

ご予約のうえ、動きやすい服装で
お越しください☆

新教室 ストレッチング① 講師：矢野先生



📍 ダイキョーニシカワ
スクエア体育館
軽運動室①

🕒 10:00～10:45

🔥 火曜日：別紙参照

教室名変更 柔軟ヨガとピラティス 講師：菅原先生



📍 ダイキョーニシカワ
スクエア体育館
軽運動室②

🕒 19:15～20:15

🔥 火曜日：別紙参照

特典

初回までに入会された方には、
他の教室に無料で入れるチケット
2枚プレゼント



定期教室に参加の方は、
インボディ測定が無料
(キッズ教室も含む)

お問い合わせ先：ダイキョーニシカワ スクエア体育館

Tel 0835 - 27 - 2000

8:00～22:00

(毎月第3火曜日は休館日)

2026年4月1日（水）は臨時休館



QRコードはこちらへ

…新教室
 …教室名変更
 …ASICSプログラム

2026年度 定期教室 春期(4.5.6月)日程表

2026年1月改定

定員の赤字は変更した人数です

教室名	定員	曜日・時間	日程詳細				回数	定期料金 (税込)	単価 (税込)
			4月	5月	6月	予備日			
初めてのヨガ	20	10:00~11:00	6.13.20.27	11.18.25	1.8.15.22.29		12	¥10,800	¥900
肩こり解消&ローラーピラティス (会場:軽運動室2)	10	10:00~11:00	6.13.20.27	11.18.25	1.8.15.22.29		12	¥10,800	¥900
ZUMBA(ズンバ)	25	13:00~13:45	6.13.20.27	11.18.25	1.8.15.22.29		12	¥9,600	¥800
エアロビクス	20	14:00~15:00	6.13.20.27	11.18.25	1.8.15.22.29		12	¥10,800	¥900
Let'sトランポリン&ダンベル	20	19:15~20:00	6.13.20.27	11.18.25	1.8.15.22.29		12	¥9,600	¥800
ルンルン Step	20	20:15~21:00	6.13.20.27	11.18.25	1.8.15.22.29		12	¥9,600	¥800
NEW ストレッチ①	15	10:00~10:45	14.28	12.26	9.23.	6/30	6	¥4,800	¥800
姿勢改善トレーニング	10	14:00~15:00	7.14.28	12.26	2.9.23.30		9	¥8,100	¥900
柔軟ヨガとピラティス (会場:軽運動室2)	20	火 19:15~20:15	7.14.28	12.26	2.9.23.30		9	¥8,100	¥900
肩甲骨ヨガ	22	18:45~19:45	7.14.28	12.26	2.9.23.30		9	¥8,100	¥900
バレトン①	22	20:00~20:45	7.14.28	12.26	2.9.23.30		9	¥7,200	¥800
うたごえ教室 (会場:会議室3)	15	11:00~12:00	8.22	13.27	10.24		6	¥5,400	¥900
ボディメイキング	22	10:00~10:45	8.15.22	13.20.27	3.10.17	6/24	9	¥7,200	¥800
ピラティス	20	11:00~12:00	8.15.22	13.20.27	3.10.17	6/24	9	¥8,100	¥900
ウォーキングで元気な体へ	10	水 13:45~14:45	8.15.22	13.20.27	3.10.17.24		10	¥9,000	¥900
サーキットエアロ	20	19:00~19:45	8.15.22	13.20.27	3.10.17.24		10	¥8,000	¥800
リフレッシュヨガ	20	20:15~21:15	8.15.22.29	13.20.27	3.10.17.24		11	¥9,900	¥900

少人数教室	定員	曜日	時間	4月	5月	6月	予備日	回数	定期料金 (税込)	単価 (税込)
少人数ピラティス (会場:軽運動室1)	6	木	13:00~14:00	2.9.16.23.30	14.21.28	4.11.18	6/25	11	¥19,800	¥1,800

教室名	定員	曜日・時間	日程詳細				回数	定期料金 (税込)	単価 (税込)
			4月	5月	6月	予備日			
バレトン②	22	10:00~11:00	2.9.16.23.30	7.14.21.28	4.11.18.25		13	¥11,700	¥900
Body Excite	22	19:15~20:15	2.9.16.23.30	7.14.21.28	4.11.18.25		13	¥11,700	¥900
ダイナミック コアトレ (会場:軽運動室2)	22	20:30~21:15	2.9.16.23.30	7.14.21.28	4.11.18.25		13	¥10,400	¥800
おやすみ前のピラティス	20	20:30~21:30	2.9.16.23.30	14.21.28	4.11.18	6/25	11	¥9,900	¥900
KaQILa ~カキラ~	20	10:00~11:00	3.10.17.24	1.8.15.22.29	5.12.19.26		13	¥11,700	¥900
ストレッチ②	15	14:00~14:45	3.17.24	8.15.22.29	5.12.19	6/26	10	¥8,000	¥800
キッズラボ① (対象:年少~小学低学年) 軽運動室①	10	金 17:00~18:00	10.24	8.22	5.19		6	¥5,280	¥880
ヨガ①	22	18:45~19:45	3.10.17.24	1.8.15.22.29	5.12.19.26		13	¥11,700	¥900
ヨガ②	22	20:00~21:00	3.10.17.24	1.8.15.22.29	5.12.19.26		13	¥11,700	¥900
キッズスマイル (対象:年々少~年長)	10	10:00~10:45	4.18	2.16	13.27		6	¥4,800	¥800
キッズラボ② (対象:年中~小学生) (会場:軽運動室①)	10	土 11:15~12:15	4.18	2.16	13.27		6	¥5,280	¥880

(休)体育館の日もあります。

日曜日教室	定員	曜日	時間	4月	5月	6月	予備日	回数	定期料金 (税込)	単価 (税込)
バレトン③ (会場:軽運動室1)	22	日	10:00~10:45	5.19	17.31	14.28		6	¥4,800	¥800
ヨガ③ (会場:軽運動室1)	22	日	11:00~12:00	5.19	17.31	14.28		6	¥5,400	¥900