ＨＯＳ住吉スポーツセンター・屋内プール

２０２５年　４月～６月　　大人のスポーツ教室　日程表

「※」スタジオ・プールの教室参加には別途受講フロアの施設利用料が必要です

曜日	番号	クラス名	場所	時間	担当	定員	回数	都度体験	施設利用料	３ヶ月料金	開催日 2025年4月					2025年5月					2025年6月				
火	201	卓球（火曜クラス）	第２体育場	9:30～11:45	北出・多田	18	12	1,500	受講料に含む	13,200	4/1	4/8	4/15	4/22	4/29		5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17	6/24	
	202	バドミントン初中級	第１体育場AB	9:45～11:45	山口	60	12	1,500	受講料に含む	13,200	4/1		4/15	4/22	4/29	5/6	5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17	6/24	
	203	初級スイム	プール	9:50～10:50	大野	16	11	1,100	※	8,800	4/1	4/8	4/15	4/22	4/29		5/13	5/20	5/27		6/3		6/17	6/24	
	204	かんたんリズム	スタジオ	10:00～11:00	牧野	20	12	1,100	※	7,200	4/1	4/8	4/15	4/22	4/29	5/6	5/13	5/20	5/27		6/3	6/10		6/24	
	205	中級スイム	プール	11:00～12:00	大野	16	11	1,100	※	8,800	4/1	4/8	4/15	4/22	4/29		5/13	5/20	5/27		6/3		6/17	6/24	
	206	姿勢改善・ボディーケア	スタジオ	11:10～12:10	牧野	20	12	1,100	※	7,200	4/1	4/8	4/15	4/22	4/29	5/6	5/13	5/20	5/27		6/3	6/10		6/24	
	207	バドミントン中級	第１体育場B	12:30～14:30	山口・福島	30	12	1,500	受講料に含む	13,200	4/1		4/15	4/22	4/29	5/6	5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17	6/24	
	208	カラダすっきりエクササイズ	スタジオ	13:45～14:45	前田	20	12	1,100	※	7,200	4/1	4/8	4/15	4/22		5/6	5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17	6/24	
	209	ZUMBA　GOLD	スタジオ	15:00～15:50	YOSHIKO	20	13	1,100	※	10,400	4/1	4/8	4/15	4/22	4/29	5/6	5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17	6/24	
	210	社交ダンス	多目的室	16:00～17:00	井上	20	13	2,200	受講料に含む	21,450	4/1	4/8	4/15	4/22	4/29	5/6	5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17	6/24	
	211	AQUA　ZUMBA	プール	16:10～16:55	YOSHIKO	20	13	1,100	※	10,400	4/1	4/8	4/15	4/22	4/29	5/6	5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17	6/24	
水	301	住吉さわやか体操Ⅰ	スタジオ	9:30～10:30	前田	20	11	1,100	※	6,600	4/2	4/9	4/16	4/23			5/14	5/21	5/28		6/4	6/11	6/18	6/25	
	302	少人数制初心者スイム	プール	10:00～10:40	富田	6	12	1,500	※	13,200	4/2	4/9	4/16	4/23	4/30		5/14	5/21	5/28		6/4	6/11	6/18	6/25	
	303	住吉さわやか体操Ⅱ	スタジオ	10:45～11:45	石賀	20	11	1,100	※	6,600	4/2	4/9	4/16	4/23			5/14	5/21	5/28		6/4	6/11	6/18	6/25	
	304	初級スイム	プール	10:50～11:50	富田	16	12	1,100	※	9,600	4/2	4/9	4/16	4/23	4/30		5/14	5/21	5/28		6/4	6/11	6/18	6/25	
	305	中級スイム	プール	12:00～13:00	富田	9	12	1,500	※	13,200	4/2	4/9	4/16	4/23	4/30		5/14	5/21	5/28		6/4	6/11	6/18	6/25	
	306	ステップアップスイム	プール	13:10～14:10	富田	6	-	-	※	月謝制¥6,600(4回実施時)	4/2	4/9	4/16	4/23	4/30		5/14	5/21	5/28		6/4	6/11	6/18	6/25	
	307	健康体操	スタジオ	13:15～14:30	斉藤	20	10	1,100	※	6,000	4/2	4/9	4/16	4/23			5/14	5/21	5/28		6/4	6/11	6/18		
	308	アクアパーソナル40	プール	14:15～14:55	富田	1	1	-	※	4,800	4/2	4/9	4/16	4/23	4/30		5/14	5/21	5/28		6/4	6/11	6/18	6/25	
	309	元気アップ体操	スタジオ	14:45～15:45	海野	20	11	1,100	※	6,600	4/2	4/9	4/16	4/23	4/30		5/14	5/21	5/28		6/4	6/11	6/18		
	310	バドミントン	第２体育場	19:15～20:45	一柳・深江	25	12	1,500	受講料に含む	13,200	4/2	4/9	4/16	4/23	4/30		5/14	5/21	5/28		6/4	6/11	6/18	6/25	
	311	硬式テニス（初級）	第１体育場A	19:15～20:45	三輪	10	8	1,500	受講料に含む	11,000	4/2	4/9		4/23	4/30		5/14		5/28			6/11		6/25	
木	403	太極拳	スタジオ	10:00～11:00	藤岡	20	13	1,100	※	7,800	4/3	4/10	4/17	4/24		5/1	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	
	404	硬式テニス（初級）	第１体育場B	10:00～11:30	上野	15	12	1,500	受講料に含む	13,200	4/3	4/10	4/17	4/24			5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	
	406	はじめてヨガ６０	スタジオ	11:30～12:30	平野	20	13	1,100	※	7,800	4/3	4/10	4/17	4/24		5/1	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	
	407	フィットネスステーション	スタジオ	19:15～20:15	奥村	20	9	1,100	※	5,400	4/3	4/10	4/17	4/24		5/1	5/8	5/15	5/22	5/29					
金	501	エンジョイミット	プール	10:15～11:00	大野	20	12	1,100	※	7,200	4/4	4/11	4/18	4/25			5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	
	502	ヨガ７０	スタジオ	10:30～11:40	岡田	20	13	1,100	※	7,800	4/4	4/11	4/18	4/25		5/2	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	
	503	アクアダンス	プール	11:10～11:40	大野	20	12	1,100	※	7,200	4/4	4/11	4/18	4/25			5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	
	504	卓球（金曜クラス）①	第２体育場	12:00～13:30	梅屋	15	13	1,500	受講料に含む	14,300	4/4	4/11	4/18	4/25		5/2	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	
	505	やさしいピラティス	スタジオ	12:30～13:30	大野	20	12	1,100	※	7,200	4/4	4/11	4/18	4/25			5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	
	506	卓球（金曜クラス）②	第２体育場	13:45～15:15	梅屋	15	13	1,500	受講料に含む	14,300	4/4	4/11	4/18	4/25		5/2	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	
	507	ナニアロハ	スタジオ	14:15～15:00	草西	20	12	1,100	※	7,200	4/4	4/11	4/18	4/25		5/2	5/9		5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	
	508	硬式テニス（初中級）	第１体育場B	19:00～20:30	三輪	10	8	1,500	受講料に含む	11,000	4/4	4/11		4/25		5/2		5/16		5/30		6/13		6/27	
土	601	少人数制スイミングスクール	プール	12:15～13:15	柴田	7	13	-	※	月謝制¥6,600(4回実施時)	4/5	4/12	4/19	4/26		5/3	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	
	602	社交ダンス	第２体育場	12:50～14:50	栗林・左雲	20	-	1,500	受講料に含む	月謝制¥4,400(4回実施時)	4/5	4/12	4/19	4/26		5/3	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	
	603	はじめてヨガ７０	スタジオ	13:10～14:20	岡田	20	13	1,100	※	7,800	4/5	4/12	4/19	4/26		5/3	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	
日	701	ヨガ７０	スタジオ	9:30～10:40	岡田	20	13	1,100	※	7,800	4/6	4/13	4/20	4/27		5/4	5/11	5/18	5/25		6/1	6/8	6/15	6/22	6/29
	702	自力整体	スタジオ	14:00～15:00	片倉	20	13	1,100	※	7,800	4/6	4/13	4/20	4/27		5/4	5/11	5/18	5/25		6/1	6/8	6/15	6/22	6/29

２０２５年　４月～６月　　ジュニアスポーツ教室　日程表

曜日	番号	クラス名	場所	時間	担当	定員	回数	都度体験	施設利用料	３ヶ月料金	開催日														
											2025年4月					2025年5月					2025年6月				
火	2001	ジュニアバスケA	第１体育場B	16:50～17:50	選任コーチ	10	-		受講料に含む	月謝制¥6,160(4回実施時)	4/1	4/8	4/15	4/22		5/6	5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17	6/24	
	2002	ジュニアバスケB	第１体育場B	17:55～18:55	選任コーチ	10	-		受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/1	4/8	4/15	4/22		5/6	5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17	6/24	
	2003	個バス（個人参加型ﾊﾞｽｹｯﾄﾎﾞｰﾙ）	第１体育場B	19:00～20:45	ー	30	-		受講料に含む	¥1,100	4/1	4/8	4/15	4/22		5/6	5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17	6/24	
水	3001	ジュニアスイミング　SC7	屋内プール	15:30～16:30	選任コーチ	40	-	-	受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/2	4/9	4/16	4/23		4/30	5/14	5/21	5/28		6/4	6/11	6/18	6/25	
	3002	ジュニアスイミング　SC8	屋内プール	16:30～17:30	選任コーチ	50	-	-	受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/2	4/9	4/16	4/23		4/30	5/14	5/21	5/28		6/4	6/11	6/18	6/25	
	3003	ジュニアスイミング　SC9	屋内プール	17:30～18:30	選任コーチ	60	-	-	受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/2	4/9	4/16	4/23		4/30	5/14	5/21	5/28		6/4	6/11	6/18	6/25	
木	4001	ジュニアスイミング　SD7	屋内プール	15:30～16:30	選任コーチ	40	-	-	受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/3	4/10	4/17	4/24			5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	
	4002	ジュニアスイミング　SD8	屋内プール	16:30～17:30	選任コーチ	50	-	-	受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/3	4/10	4/17	4/24			5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	
	4003	ジュニアスイミング　SD9	屋内プール	17:30～18:30	選任コーチ	60	-	-	受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/3	4/10	4/17	4/24			5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	
	4004	ジュニア体操教室	第２体育場	15:30～16:25	選任コーチ	20	-		受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/3	4/10	4/17	4/24			5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	
	4005	ジュニア体操教室	第２体育場	16:30～17:25	選任コーチ	20	-		受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/3	4/10	4/17	4/24			5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	
	4007	ジュニアフットサルA	第１体育場A	16:30～17:30	選任コーチ	10	-		受講料に含む	月謝制¥5,500(4回実施時)	4/3	4/10	4/17	4/24			5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	
	4008	ジュニアフットサルB	第１体育場A	17:30～18:30	選任コーチ	10	-		受講料に含む	月謝制¥6,160(4回実施時)	4/3	4/10	4/17	4/24			5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	
金	5001	親子わくわく運動教室	多目的室	10:00～11:00	森橋・石賀	12	-		受講料に含む	月謝制¥6,600(4回実施時)		4/11	4/18	4/25			5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	
	5002	ジュニア体操教室	第２体育場	15:30～16:25	選任コーチ	20	-	-	受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/4	4/11	4/18	4/25			5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	
	5003	ジュニア体操教室	第２体育場	16:30～17:25	選任コーチ	20	-	-	受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/4	4/11	4/18	4/25			5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	
	5004	ジュニアバドミントン①	第２体育場	15:25～16:35	谷田	8			受講料に含む	月謝制¥6,600(4回実施時)	4/4	4/11	4/18	4/25			5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	
	5005	ジュニアバドミントン②	第２体育場	16:40～17:50	谷田	8			受講料に含む	月謝制¥6,600(4回実施時)	4/4	4/11	4/18	4/25			5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	
土	6004	ジュニアスイミング　SF7	屋内プール	15:00～16:00	選任コーチ	40	-	-	受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/5	4/12	4/19	4/26		5/10	5/17	5/24	5/31		6/7	6/14	6/21	6/28	
	6005	ジュニアスイミング　SF8	屋内プール	16:00～17:00	選任コーチ	50	-	-	受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/5	4/12	4/19	4/26		5/10	5/17	5/24	5/31		6/7	6/14	6/21	6/28	
	6006	ジュニアスイミング　SF9	屋内プール	17:00～18:00	選任コーチ	60	-	-	受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/5	4/12	4/19	4/26		5/10	5/17	5/24	5/31		6/7	6/14	6/21	6/28	
	6007	ジュニアチア（幼児・低学年・高学年）	スタジオ	17:30～18:30	平石	20	-	-	受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/5	4/12	4/19	4/26		5/10	5/17	5/24	5/31		6/7	6/14	6/21	6/28	
日	7001	ジュニアスイミング　SG1	屋内プール	9:45～10:45	選任コーチ	50	-	-	受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/6	4/13	4/20	4/27			5/11	5/18	5/25	6/1		6/8	6/15	6/22	6/29
	7002	ジュニアスイミング　SG2	屋内プール	10:45～11:45	選任コーチ	50	-	-	受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/6	4/13	4/20	4/27			5/11	5/18	5/25	6/1		6/8	6/15	6/22	6/29
	7003	ジュニアスイミング　SG3	屋内プール	11:45～12:45	選任コーチ	60	-	-	受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/6	4/13	4/20	4/27			5/11	5/18	5/25	6/1		6/8	6/15	6/22	6/29
	7004	ジュニアスイミング　SG4	屋内プール	12:45～13:45	選任コーチ	60	-	-	受講料に含む	月謝制¥7,260(4回実施時)	4/6	4/13	4/20	4/27			5/11	5/18	5/25	6/1		6/8	6/15	6/22	6/29

申込時の注意事項

・申し込みは先着順です。定員になり次第締め切ります。

・お申し込みは本人様に限ります。（電話や代理でのお申し込みは出来ません）

※ご夫婦、ご兄弟、ご親戚、ご友人であっても代理での申し込みはできまん。

ＨＯＳ住吉スポーツセンター・屋内プール

〒５５８－００２１　大阪市住吉区浅香１－８－１５　　TEL：０６－６６９４－９２０１

2025/02/27更新