

令和8年度みなみスポーツクラブプログラム一覧

募集人数
 ○余裕あり
 △若干名
 ×キャンセル待ち

No	教室名	内容	対象	曜日	時間	開催回数	募集人数	受講料
1	火曜テニス	基本ショットを取得されている方のクラスです	一般	火	9:30～11:00	年36回	△	月2,400円
2	フレッシュテニス	初心者、経験者問わず、フレッシュテニスを楽しみます	一般	火	11:00～12:30	年36回	△	月1,800円
3	卓球	初心者・経験者問わず、卓球を楽しみます	一般	火	13:00～15:00	年36回	△	月1,800円
4	水曜テニス	応用ショットの習得などワンランク上を目指します	一般	水	9:30～11:00	年36回	×	月2,400円
5	ヘルシースポーツ	体操や軽スポーツなど初心者でも気軽にできる運動です	一般	木	9:30～11:00	年36回	△	月1,800円
6	遊悠元気塾	簡単な運動で心と体の元気力を高めます	おおむね60歳以上	木	13:30～15:00	年36回	○	月1,800円
7	ゆるゆるエクササイズ	初心者大歓迎！簡単な筋トシや有酸素運動を楽しみます	一般女性	木	19:30～20:30	年36回	×	月1,800円
8	初級テニス	各ショットや動作などの基本を習得します	一般	金	9:30～11:00	年36回	△	月2,400円
9	ヨガ	心と体を調和させ、体の調子を整えます	一般	金	19:00～20:30	年36回	○	月2,400円
10	キッズカンフー	型を習得して、スピード感のある動作を身に付けます	小・中学生	火	17:30～19:00	年36回	○	月1,800円
11	キッズスポーツ	楽しく運動し、基礎運動能力を養います	小学1～6年生	水	17:30～18:30	年36回	△	月1,800円
12	キッズテニス	楽しくテニスの基礎を身につけます	小学1～6年生	木	17:30～19:00	年36回	○	月2,400円