

# 第2期 (8月～11月) 王寺やわらぎトラスト新規倶楽部員申込受付!!

日時：7月23日(土)9:30～12:30 場所：やわらぎ会館3階研修室

「やわらぎトラスト入会について(町内・町外どなたでも参加できます!)

「[1]教室を選んで募集定員とスクール費を確認 ※事前に無料見学可能。(7月中★マークのスクールは各スクール1回ずつ体験可。会員無料、非会員の方は保険料として体験1回につき¥100。ご希望の方はトラスト事務局にてお申込みください。)

「[2]7月23日(土)にスクール費と年会費を添えて申込(受付時にスクール日程表をお渡しします)

「[3]8月からスクールに参加(持ち物:動きやすい服装・飲み物・タオル・マスク・体育館シューズ等)

## 一般(高校生以上)のプログラムはこちら

<b>1. ★朝スッキリYOGA</b> ① (月)9:30～10:30 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>2. ★フラグダンス</b> ① (月)10:00～11:00 ② いずみスクエア ③ ○ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>3. ★ボディチェンジ ～10歳若返りエクササイズ～</b> ① (月)12:15～13:15 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>4. ソフトYOGA</b> ① (月)13:00～14:00 ② いずみスクエア ③ △ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)
<b>5.★初めての太極拳</b> ① (月)13:30～15:00 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 一般男女(70歳迄) ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>6. ★パワーYOGA</b> ① (月)19:00～20:00 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>7.機能改善ピラティス</b> ① (火)9:30～10:30 ② 王寺アリーナ ③ △ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>8. ★脂肪燃焼・ストレス解消 エクササイズ</b> ① (火)9:30～11:00 ② いずみスクエア ③ ○ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)
<b>9. ★元気をつくる シニア健康体操</b> ① (火)10:00～11:15 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 60歳以上男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>10. スポーツ吹矢</b> ① (火)13:30～15:30 ② いずみスクエア ③ ○ ④ 一般男女 ⑤ ¥3,300-(全12回)	<b>11. みんなでZUMBA®</b> ① (火)19:00～20:00 ② いずみスクエア ③ ○ ④ 中学1年生～一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>12. ★護身術“少林寺拳法”</b> ① (火)19:00～20:00 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 一般男女 ⑤ ¥3,300-(全12回)
<b>13. ★楽しく動こう健康体操</b> ① (水)10:00～11:15 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 一般女性 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>14. ★フォークダンス</b> ① (水)13:15～15:30 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>15. 整体YOGA</b> ① (水)19:00～20:00 ② いずみスクエア ③ × ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>16. ★ヒップホップダンス</b> ① (水)20:00～21:00 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 小1～一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)
<b>17. ★ロコモ予防YOGA</b> ① (木)9:20～10:20 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>18. ★介護予防トリム体操</b> ① (木)9:30～11:00 ② いずみスクエア ③ △ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>19. ★ラージボール卓球</b> ① (木)10:00～11:30 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 一般男女(80歳迄) ⑤ ¥3,300-(全12回)	<b>20. ★健康UP YOGA</b> ① (木)10:35～11:35 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)
<b>21.★ヒザにやさしい エクササイズ</b> ① (木)13:30～14:30 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>22. ★太極拳 (カンフーフィットネス)</b> ① (木)13:30～15:00 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>23. ★自強術</b> ① (木)15:30～16:45 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>24. ★リフレッシュ・ エクササイズ</b> ① (金)9:30～10:45 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 一般女性 ⑤ ¥6,300-(全12回)
<b>25. ★腰痛・肩こり予防 ミラクル体操</b> ① (金)9:30～11:00 ② いずみスクエア ③ △ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>26. ★ソフトYOGAⅡ</b> ① (金)13:00～14:00 ② 王寺アリーナ ③ △ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	<b>27. ★整体YOGAⅡ</b> ① (金)19:00～20:00 ② 王寺アリーナ ③ △ ④ 一般男女 ⑤ ¥6,300-(全12回)	

※上記⑤のスクール費は1期分の金額です。

2.3期一括払いの場合、上記スクール費に2を掛けて300円引いた金額となります。

(例 ▶スクール費:1期¥6,300-(全12回)2.3期一括(全24回)¥12,300-)

★一覧表の見方：①日時、②場所、③募集状況※、④対象、⑤スクール費

※募集状況は○=6名以上、△=1～5名、×=0名ですが既存会員の継続状況により増員します。  
具体的な日程、定員についてはホームページにてご確認ください。



こどものプログラムはこちら

<p><b>1. 親子リトミック</b></p> <p>① (月)11:00～12:00 ② 王寺アリーナ ③ × ④ 1～3歳と保護者 ⑤ ￥6,300-(全12回)</p>	<p><b>2. Kidsにこにこ運動教室</b></p> <p>① (月)16:00～17:00 ② いずみスクエア ③ △ ④ 年中・年長 ⑤ ￥6,300-(全12回)</p>	<p><b>3. ★王寺体育あそび教室</b></p> <p>① (月)17:10～18:10 ② いずみスクエア ③ ○ ④ 小1～小6 ⑤ ￥6,300-(全12回)</p>	<p><b>4. Jrテニス教室</b></p> <p>① (月)18:30～19:30 ② いずみスクエア ③ × ④ 小1～小6 ⑤ ￥6,300-(全12回)</p>
<p><b>5. ★みんなでZUMBA®</b></p> <p>① (火)19:00～20:00 ② いずみスクエア ③ ○ ④ 中学1～一般男女 ⑤ ￥6,300-(全12回)</p>	<p><b>6. ★Jr 少林寺拳法</b></p> <p>① (火)19:00～20:00 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 小1～小6 ⑤ ￥3,300-(全12回)</p>	<p><b>7. ★ボール遊び教室 “奈良教育大バルシューレ”</b></p> <p>① (水)16:00～17:30 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 小1～小4 ⑤ ￥3,300-(全12回)</p>	<p><b>8. ★Kidsサッカー</b></p> <p>① (水)16:30～17:30 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 年中・年長 ⑤ ￥6,300-(全12回)</p>
<p><b>9. ★Jr 卓球</b></p> <p>① (水)16:30～18:00 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 小1～小6 ⑤ ￥3,300-(全12回)</p>	<p><b>10. ★Jrフリースタイルダンス</b></p> <p>① (水)17:00～18:00 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 小1～中2 ⑤ ￥6,300-(全12回)</p>	<p><b>11. ★ケイキフラダンス</b></p> <p>① (水)17:30～18:10 ② いずみスクエア ③ ○ ④ 年中～小6 ⑤ ￥4,300-(全8回)</p>	<p><b>12. ★ヒップホップダンス</b></p> <p>① (水)20:00～21:00 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 小1～一般男女 ⑤ ￥6,300-(全12回)</p>
<p><b>14. Jrバドミントン</b></p> <p>① (金)18:00～19:00 ② 王寺アリーナ ③ △ ④ 小1～小6 ⑤ ￥6,300-(全12回)</p>	<p><b>15. ★Jrバスケットボール</b></p> <p>① (金)19:00～21:00 ② 王寺南義務教(太子) ③ ○ ④ 小1～小6 ⑤ ￥3,300-(全12回以上)</p>	<p><b>16. ★トータルスポーツ</b></p> <p>① (土)9:30～11:30 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 小1～小6 ⑤ ￥2,700-(全8回)</p>	<p><b>17. ★チアダンス! “初級”</b></p> <p>① (土)9:55～10:55 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 小1～小6 ⑤ ￥6,300-(全12回)</p>
<p><b>18. ★チアダンス! “中上級”</b></p> <p>① (土)11:00～12:00 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 小1～小6(ダンス経験者) ⑤ ￥6,300-(全12回)</p>	<p><b>19. ★Kidsイングリッシュ ・アクション</b></p> <p>① (土)10:00～10:45 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 年少～年長 ⑤ ￥3,300-(全6回)</p>	<p><b>20. ★Jrイングリッシュ ・コネクション</b></p> <p>① (土)10:00～10:45 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 小1～小4 ⑤ ￥3,300-(全6回)</p>	<p><b>21. Jr剣道</b></p> <p>① (土)18:30～20:00 ② 王寺アリーナ ③ × ④ 年長～小6 ⑤ ￥4,500-(全12回)</p>
<p><b>22. ★Jrスーパーホッケー</b></p> <p>① (日)10:30～12:00 ② 王寺アリーナ ③ ○ ④ 小1～中3 ⑤ ￥2,300-(全8回)</p>	<p><b>23. ★楽しくおどろう! はじめてのバレエ</b></p> <p>① (日)9:30～10:00 ② いずみスクエア ③ ○ ④ 2～4歳(保護者同伴可) ⑤ ￥4,300-(全8回)</p>	<p><b>24. ★Jr陸上</b></p> <p>① (日)14:00～16:00 ② 王寺南義務教(太子) ③ ○ ④ 小3～小6 ⑤ ￥3,300-(全12回以上)</p>	

※トラストの会員でない人は⑤のスクール費に下記の年会費が必要となります。

年会費 町内こども ￥800  
町外こども ￥1,300  
町内一般 ￥1,800  
町外一般 ￥2,300

・会場は変更になることがあります。

・チアダンス教室は別途ポンポン代 ￥500が必要で、スクール初日にご購入ください。

・Jrバスケットボール教室はバスケットシューズをご用意ください。

・ダンス系スクールは別途衣装代が必要となる場合があります。(発表会等に参加の場合)

問 王寺やわらぎトラスト事務局(王寺アリーナ1階)平日9:00～17:00

TEL:070-5432-3739 E-mail:yawaragi.trust@gmail.com

ホームページ: <https://www.y-trust.org/>

※不在の場合がございます。ご来所の際はあらかじめ電話にてご連絡ください。



ホームページ



YouTube