

2023年度 王寺やわらぎトラスト 第2期 スクール一覧及び日程表 [一般]

2023年6月1日現在  
(実施日は変更になることがあります)

	曜日	時間	回数/期	場所	対象	スクール費		実施日	
						2・3期一括	期別	月	日
1. 朝スッキリYOGA (講師:森前 美香)	月	9:30~10:30	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	7日・21日・28日
								9月	4日・11日・25日
								10月	2日・16日
								11月	6日・13日・20日・27日
2. フラダンス (講師:畑中 比佐子)	月	10:00~11:00	12回	いずみスクエア (多目的室)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	7日・21日・28日
								9月	4日・11日・25日
								10月	16日・23日・30日
								11月	6日・13日・20日
3. ボディチェンジ ~10歳若返りエクササイズ~ (講師:YUKA)	月	12:15~13:15	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	7日・21日・28日
								9月	4日・11日・25日
								10月	2日・16日
								11月	6日・13日・20日・27日
4. ソフトYOGA (講師:筒井 加奈子)	月	13:00~14:00	12回	いずみスクエア (多目的室)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	7日・21日・28日
								9月	4日・11日・25日
								10月	16日・23日・30日
								11月	6日・13日・20日
5. 初めての太極拳 (講師:前田 勲/奥出 栄)	月	13:30~15:00	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	7日・21日・28日
								9月	4日・11日・25日
								10月	2日・16日
								11月	6日・13日・20日・27日
6. パワーYOGA (講師:小川 忍)	月	19:00~20:00	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	7日・21日・28日
								9月	4日・11日・25日
								10月	9日・16日
								11月	6日・13日・20日・27日
7. 機能改善ピラティス (講師:島田 美代子)	火	9:30~10:30	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	1日・8日・22日
								9月	5日・12日・19日・26日
								10月	10日・17日
								11月	7日・14日・21日
8. 脂肪燃焼・ストレス解消エクササイズ (講師:前川 妙子/三松 恵美)	火	9:30~11:00	12回	いずみスクエア (体育館)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	29日
								9月	5日・12日・19日・26日
								10月	3日・10日・17日・24日
								11月	7日・14日・21日
9. 元気をつくるシニア健康体操 (講師:山咲 陽子)	火	10:00~11:15	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	60歳以上	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	1日・8日・22日
								9月	5日・12日・19日
								10月	3日・10日・17日
								11月	7日・14日・21日
10. スポーツ吹矢 (講師:王寺町スポーツ協会)	火	13:30~15:30	12回	いずみスクエア (体育館)	一般	¥6,300- (全24回/2・3期)	¥3,300- (全12回/期)	8月	1日・8日・22日
								9月	5日・12日・19日
								10月	3日・10日・17日
								11月	7日・14日・21日
13. 楽しく動こう健康体操 (講師:秦 法子)	水	10:00~11:15	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般女性	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	2日・9日・23日
								9月	6日・13日・20日
								10月	4日・11日・18日
								11月	1日・8日・15日
14. フォークダンス (講師:義田 美根子)	水	13:15~15:30	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	2日・9日・23日
								9月	6日・13日・20日
								10月	11日・18日
								11月	1日・8日・15日・22日
15. 整体YOGA (講師:小川 忍)	水	19:00~20:00	12回	いずみスクエア (多目的室)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	2日・9日・23日
								9月	6日・13日・20日
								10月	4日・11日・18日
								11月	1日・8日・15日
16. ヒップホップダンス (講師:COM)	水	20:00~21:00	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	小学1年生以上 (大人も可)	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	2日・9日・23日
								9月	6日・13日・20日
								10月	11日・18日
								11月	1日・8日・15日・22日
17. ロコモ予防 YOGA (講師:高松 弥生)	木	9:20~10:20	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	3日・10日・17日
								9月	7日・14日・21日
								10月	5日・12日・19日
								11月	2日・9日・16日
18. 介護予防トリム体操 (講師:奈良トリム体操研究会)	木	9:30~11:00	12回	いずみスクエア (体育館)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	3日・10日・17日
								9月	7日・14日・21日
								10月	5日・12日・19日
								11月	2日・9日・16日
19. ラージボール卓球 (講師:坂田 正義)	木	10:00~11:30	12回	王寺アリーナ (アリーナ)	一般 (80歳迄)	¥6,300- (全24回/2・3期)	¥3,300- (全12回/期)	8月	3日・10日・17日
								9月	7日・14日・21日
								10月	5日・12日・19日
								11月	9日・16日・30日
20. 健康UP YOGA (講師:鈴木 なぎさ)	木	10:35~11:35	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	3日・10日・17日
								9月	7日・14日・21日
								10月	5日・12日・19日
								11月	2日・9日・16日
21. 太極拳(カンフーフィットネス) (講師:永井 三千代)	木	13:00~14:30	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	3日・10日・24日
								9月	7日・14日・28日
								10月	5日・12日・19日
								11月	2日・9日・16日
22. ヒザにやさしいエクササイズ (講師:川井 朱美)	木	13:30~14:30	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	3日・10日・17日・24日
								9月	7日・14日・21日・28日
								10月	12日・19日
								11月	9日・16日
23. 自強術 (講師:本田 博子/荒賀依右子)	木	15:30~16:45	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	3日・10日・17日
								9月	7日・14日・21日
								10月	5日・12日・19日
								11月	2日・9日・16日
24. リフレッシュ・エクササイズ (講師:川井 朱美)	金	9:30~10:45	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般女性	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	4日・18日・25日
								9月	8日・15日・22日・29日
								10月	13日・20日
								11月	10日・17日・24日
25. 腰痛・肩こり予防ミラクル体操 (講師:山咲 陽子)	金	9:30~11:00	12回	いずみスクエア (体育館)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	4日・18日・25日
								9月	8日・15日・22日
								10月	13日・20日・27日
								11月	10日・17日・24日
26. ソフトYOGA II (講師:白井 琴絵)	金	13:00~14:00	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	4日・18日・25日
								9月	1日・8日・15日・22日
								10月	13日・20日
								11月	10日・17日・24日
27. 整体YOGA II (講師:今西 光)	金	19:00~20:00	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	一般	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	4日・18日・25日
								9月	1日・8日・15日・22日
								10月	13日・20日
								11月	10日・17日・24日
28. いきいき健康コース 卓球 (自主活動となります)	木	16:00~18:00	12回	南義務 (太子・小体育館)	一般	年会費のみ	年会費のみ	8月	
								9月	7日・14日・21日・28日
								10月	5日・12日・19日・26日
								11月	2日・9日・16日・30日
29. AGE65 卓球 (講師:AEG65内ボランティア指導者)	火	9:00~12:00	24回	王寺アリーナ (アリーナ)	王寺町在住の65歳以上 の方に限ります	年会費のみ	年会費のみ	8月	
								9月	1日・8日・15日・22日
	木	13:00~16:00	王寺アリーナ (アリーナ)	年会費のみ		年会費のみ	9月	5日・12日・19日・26日	
							10月	3日・10日・17日・31日	
30. AGE65 ニュースポーツ (講師:AEG65内ボランティア指導者)	水	13:00~16:00	3回	王寺アリーナ (アリーナ)	年会費のみ	年会費のみ	8月	3日・17日	
							9月	7日・21日	
							10月	5日・19日	
							11月	9日・16日	
31. AGE65 グラウンドゴルフ (講師:AEG65内ボランティア指導者)	金	13:30~16:30	6回	畠田公園グラウンド	年会費のみ	年会費のみ	8月		
							9月	8日・22日	
							10月	13日・27日	
							11月	10日・24日	

参加申込者が5名を下回る場合はそのクラスの開講を見合わせる場合があります。予めご了承ください。  
王寺やわらぎトラスト事務局 電話:070-5432-3739 ホームページ: <http://www.y-trust.org/>

E-mail: yawaragi.trust@gmail.com

2023年度 王寺やわらぎトラスト 第2期 スクール一覧及び日程表 [こども]

2023年6月1日現在  
(実施日は変更になることがあります)

スクール名	曜日	時間	回数/期	場所	対象	スクール費		実施日	
						2・3期一括	期別	月	日
1. ベビーマッサージ教室 (講師:まほ)	月	10:00~10:30	8回	いずみスクエア (プレイロット)	0歳2ヶ月~1歳未満と保護者		¥4,300- (全8回/期)	8月	7日・28日
2. 親子リトミック (講師:山崎 祥弥香)	月	11:00~12:00	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	1~3歳と保護者	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	7日・21日・28日
3. Kidsにこにこ運動教室 (講師:(一社)リトルバイン総合型地域スポーツクラブ)	月	16:00~17:00	12回	いずみスクエア (体育館)	年中・年長	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	7日・11日・25日
4. 王寺体育あそび教室 (講師:(一社)リトルバイン総合型地域スポーツクラブ)	月	17:10~18:10	12回	いずみスクエア (体育館)	小学1~6年生	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	4日・11日・25日
5. Jr.テニス教室 (講師:中川 雪美)	月	18:30~19:30	12回	いずみスクエア (体育館)	小学1~6年生	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	2日・9日・16日・23日・30日
8. ボールあそび教室 “奈良教育大学バルシューレ” (講師:NPO法人バルシューレジャパン)	水	16:00~17:30	12回	王寺アリーナ (アリーナ)	小学1~4年生	¥6,300- (全24回/2・3期)	¥3,300- (全12回/期)	8月	13日・20日・27日
9. Kidsサッカー (講師:フットボールスクール ダ・ヴィンチ)	水	16:30~17:30	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	年中・年長	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	28日
10. Jr卓球 (講師:坂田 正義)	水	16:30~18:00	12回	王寺アリーナ (アリーナ)	小学1~6年生	¥6,300- (全24回/2・3期)	¥3,300- (全12回/期)	8月	4日・11日・25日
11. Jrフリースタイルダンス (講師:Chisato/Honami)	水	17:00~18:00	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	小学1~中学2年生	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	2日・9日・23日
12. ケイキフラダンス (講師:田井 亜弥子)	水	17:20~18:00	8回	いずみスクエア (多目的室)	年中~小学6年生	¥8,300- (全16回/2・3期)	¥4,300- (全8回/期)	8月	6日・13日・20日
13. ヒップホップダンス (講師:COM)	水	20:00~21:00	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	小学1年生以上 (大人も可)	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	4日・11日・18日
14. Jrバドミントン (講師:王寺町スポーツ協会)	金	18:00~19:00	12回	王寺アリーナ (アリーナ)	小学1~6年生	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	1日・8日・15日
15. Jrバスケットボール (講師:王寺町スポーツ協会)	金	19:00~21:00	12回以上	南義務 (太子・大体育館)	小学1~6年生	¥6,300- (全24回以上/2・3期)	¥3,300- (全12回以上/期)	8月	2日・9日・23日
16. トータルスポーツ “卓球・ソフトバレー・バルシューレなど” (講師:NPO法人バルシューレジャパン)	土	9:30~11:30	8回	王寺アリーナ (アリーナ全面及び 3階卓球場)	小学1~6年生	¥5,100- (全16回/2・3期)	¥2,700- (全8回/期)	8月	6日・13日・20日
17. チアダンス!“初級” (講師:AYANO)	土	9:55~10:55	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	小学1~6年生	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	4日・18日・25日
18. チアダンス!“中上級” (講師:AYANO)	土	11:00~12:00	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	小学1~6年生 のダンス経験者	¥12,300- (全24回/2・3期)	¥6,300- (全12回/期)	8月	8日・15日・22日・29日
19. Kidsイングリッシュ・アクション (講師:ファウラー・ジョン)	土	10:00~10:45	6回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	年少~年長	¥6,300- (全12回/2・3期)	¥3,300- (全6回/期)	8月	6日・13日・20日・27日
20. Jrイングリッシュ・コネクション (講師:ファウラー・佳奈子)	土	10:00~10:45	6回	王寺アリーナ (会議室)	小学1~4年生	¥6,300- (全12回/2・3期)	¥3,300- (全6回/期)	8月	24日
21. Jr剣道 (講師:王寺町スポーツ協会)	土	18:30~20:00	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	小学1~6年生		¥4,500- (全12回/期)	8月	19日・26日
22. 楽しくおどろう! はじめてのパレエ (講師:ジュエリー・パレエ)	日	9:30~10:00	8回	いずみスクエア (多目的室)	2~4歳 (保護者同伴可)	¥8,300- (全16回/2・3期)	¥4,300- (全8回/期)	8月	5日・19日・26日
23. Jrスーパーホッケー (講師:王寺Jrホッケークラブ)	日	10:30~12:00	8回	王寺アリーナ (アリーナor サブアリーナ)	小学1~中学3年生	¥4,300- (全16回/2・3期)	¥2,300- (全8回/期)	8月	2日・9日・16日・23日
24. Jr陸上 (講師:王寺町スポーツ協会)	日	14:00~16:00	12回以上	南義務 (太子・大体育館もしくは 畠田公園)	小学3~6年生	¥6,300- (全24回以上/2・3期)	¥3,300- (全12回以上/期)	8月	14日・21日
								8月	11日・18日・25日
								9月	5日・19日・26日
								9月	2日・9日・16日・23日
								10月	14日・21日
								11月	11日・18日・25日
								8月	5日
								9月	2日・16日
								10月	14日・21日
								11月	25日
								8月	5日・19日・26日
								9月	2日・9日・16日・30日
								10月	7日・14日・21日
								11月	11日・18日
								8月	6日・20日
								9月	3日・17日
								10月	1日・29日
								11月	12日・26日
								8月	20日・27日
								9月	3日・17日
								10月	1日・22日
								11月	12日(サブアリ)・19日
								8月	6日・20日・27日
								9月	10日・17日・24日
								10月	1日・15日・22日・29日
								11月	5日・12日・19日・26日

参加申込者が5名を下回る場合はそのクラスの開講を見合わせる場合があります。予めご了承ください。

王寺やわらぎトラスト事務局 電話:070-5432-3739 ホームページ: <http://www.y-trust.org/> E-mail: yawaragi.trust@gmail.com