

2023年度 王寺やわらぎトラスト 第1期 スクール一覧及び日程表 [一般]

2023年2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	
						年間一括	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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	3日・17日
								5月	8日・15日・22日・29日
								6月	5日・12日・19日
								7月	3日・10日・24日
2. フラダンス (講師:畑中 比佐子)	月	10:00~11:00	12回	いづみスクエア (多目的室)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	3日・10日・17日
								5月	8日・15日・22日
								6月	5日・12日・19日・26日
								7月	3日・24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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	3日・17日
								5月	8日・15日・22日・29日
								6月	5日・12日・19日
								7月	3日・10日・24日
4. ソフトYOGA (講師:筒井 加奈子)	月	13:00~14:00	12回	いづみスクエア (多目的室)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	3日・10日・17日
								5月	8日・15日・22日
								6月	5日・12日・19日
								7月	3日・10日・24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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	3日・17日
								5月	8日・15日・22日・29日
								6月	5日・12日・19日
								7月	3日・10日・24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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	3日・17日
								5月	8日・15日・22日・29日
								6月	5日・12日・19日
								7月	3日・10日・24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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	4日・11日・18日
								5月	9日・16日・23日
								6月	6日・13日・20日
								7月	4日・11日・18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	いづみスクエア (体育館)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	4日・11日・18日
								5月	9日・16日・23日
								6月	6日・13日・20日
								7月	4日・11日・18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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	4日・11日・18日
								5月	9日・16日・23日
								6月	6日・13日・20日
								7月	4日・11日・18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	いづみスクエア (体育館)	一般	¥9,000- (全36回/年)	¥3,300- (全12回/期)	4月	4日・11日・18日
								5月	9日・16日・23日
								6月	6日・13日・20日
								7月	4日・11日・18日
11. 護身術“少林寺拳法” (講師:王寺町スポーツ協会)	火	19:00~20:00	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥9,000- (全36回/年)	¥3,300- (全12回/期)	4月	4日・11日・18日
								5月	9日・16日・23日
								6月	6日・13日・20日
								7月	4日・11日・18日
12. みんなでZUMBA® (講師:わかこ)	火	20:00~21:00	12回	いづみスクエア (多目的室)	中学~一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	4日・11日・18日
								5月	9日・16日・23日
								6月	6日・13日・20日
								7月	4日・11日・18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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	5日・12日・19日
								5月	10日・17日・24日
								6月	7日・14日・21日
								7月	5日・12日・19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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	5日・12日・19日
								5月	10日・17日・24日
								6月	7日・14日・21日
								7月	5日・12日・19日
15. 整体YOGA (講師:小川 忍)	水	19:00~20:00	12回	いづみスクエア (多目的室)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	5日・12日・19日
								5月	10日・17日・24日
								6月	7日・14日・21日
								7月	5日・12日・19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)	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	5日・12日・19日
								5月	10日・17日・24日
								6月	7日・14日・21日
								7月	5日・12日・19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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	6日・13日・20日
								5月	11日・18日・25日
								6月	1日・8日・15日
								7月	6日・13日・20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	いづみスクエア (体育館)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	6日・13日・20日
								5月	11日・18日・25日
								6月	1日・8日・15日
								7月	6日・13日・20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)	¥9,000- (全36回/年)	¥3,300- (全12回/期)	4月	6日・13日・20日
								5月	11日・18日・25日
								6月	8日・15日・22日
								7月	6日・13日・20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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	6日・13日・20日
								5月	11日・18日・25日
								6月	1日・8日・15日
								7月	6日・13日・20日
21. 太極拳(カンフーフットネス) (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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	6日・13日・20日
								5月	11日・18日・25日
								6月	1日・8日・15日
								7月	6日・13日・20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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	6日・13日・20日
								5月	11日・18日・25日
								6月	1日・8日・15日
								7月	6日・13日・20日
23. 自彊術 (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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	6日・13日・20日
								5月	11日・18日・25日
								6月	1日・8日・15日
								7月	6日・13日・20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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	7日・14日・21日
								5月	12日・19日・26日
								6月	2日・9日・16日
								7月	7日・14日・21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	いづみスクエア (体育館)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	14日・21日・28日
								5月	12日・19日・26日
								6月	9日・16日・23日
								7月	14日・21日・28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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	14日・28日
								5月	12日・19日・26日
								6月	2日・9日・16日・23日
								7月	7日・14日・21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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	14日・28日
								5月	12日・19日・26日
								6月	2日・9日・16日・23日
								7月	7日・14日・21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	4月	13日・20日・27日
								5月	11日・18日・25日
								6月	1日・8日・15日
								7月	6日・13日・20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	4月	4日・11日・18日・25日
								5月	2日・9日・16日・23日
	木	13:00~16:00	王寺アリーナ (アリーナ)	6月				6日・13日・20日・27日	
				7月				4日・11日・18日・25日	
30. AGE65 ニュースポーツ (講師:AEG65内ボランティア指導者)	水	13:00~15:00	4回	王寺アリーナ (アリーナ)	年会費のみ	年会費のみ	4月	6日・20日	
							5月	4日・18日	
							6月	1日・15日	
							7月	6日・20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	13:00~16:00	8回	畠田公園グラウンド	年会費のみ	年会費のみ	4月	12日	
							5月	10日	
							6月	14日	
							7月	12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1期 スクール一覧及び日程表 [こども]

2023年2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	
						年間一括	期別	月	日
NEW! 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)	4月	10日・24日
								5月	8日・22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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	3日・17日
								5月	8日・15日・22日・29日
3. Kidsにこにこ運動教室 (講師: (一社)リトルパ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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	10日・17日・24日
								5月	8日・15日・22日・29日
4. 王寺体育あそび教室 (講師: (一社)リトルパ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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	10日・17日・24日
								5月	8日・15日・22日・29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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	3日・10日・17日
								5月	8日・15日・22日
6. Jr少林寺拳法 (講師: 王寺町スポーツ協会)	火	19:00~20:00	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	小学1~6年生	¥9,000- (全36回/年)	¥3,300- (全12回/期)	4月	4日・11日・18日
								5月	9日・16日・23日
7. みんなでZUMBA® (講師: わかこ)	火	20:00~21:00	12回	いずみスクエア (多目的室)	中学生~一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	4日・11日・18日
								5月	9日・16日・23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	16:00~17:15	12回	王寺アリーナ (アリーナ)	小学1~4年生	¥9,000- (全36回/年)	¥3,300- (全12回/期)	4月	5日・12日・19日・26日
								5月	10日・17日・24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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	5日・12日・19日
								5月	10日・17日・24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	¥9,000- (全36回/年)	¥3,300- (全12回/期)	4月	5日・12日・19日
								5月	10日・17日・24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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	5日・12日・19日
								5月	10日・17日・24日
12. ケイキフラダンス (講師: 田井 亜弥子)	水	17:30~18:10	8回	いずみスクエア (多目的室)	年中~小学6年生	¥12,000- (全24回/年)	¥4,300- (全8回/期)	4月	5日・19日
								5月	10日・24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)	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	5日・12日・19日
								5月	10日・17日・24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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	14日・28日
								5月	12日・19日・26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	¥9,000- (全36回以上/年)	¥3,300- (全12回以上/期)	4月	14日・28日
								5月	5日・12日・19日・26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	¥7,200- (全24回/年)	¥2,700- (全8回/期)	4月	15日・29日
								5月	20日・27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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	1日・15日・29日
								5月	6日・13日・20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	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	1日・15日・29日
								5月	6日・13日・20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	¥9,000- (全18回/年)	¥3,300- (全6回/期)	4月	15日
								5月	20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	¥9,000- (全18回/年)	¥3,300- (全6回/期)	4月	10日・24日
								5月	8日・22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)	4月	1日・15日・29日
								5月	6日・13日・20日
22. 楽しくおどろろ! 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)	¥12,000- (全24回/年)	¥4,300- (全8回/期)	4月	9日・23日
								5月	14日・28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	¥6,000- (全24回/年)	¥2,300- (全8回/期)	4月	2日・16日
								5月	14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	¥9,000- (全36回以上/年)	¥3,300- (全12回以上/期)	4月	16日・30日
								5月	14日・21日・28日
Jr卓球クラブ =エムクラブ= (講師: 坂田 正義)	火 日もしくは土	18:30~20:45 14:00~16:00	毎週 毎週	王寺アリーナ (アリーナ) 王寺アリーナ (アリーナ) 王寺アリーナ (3F卓球場)	小学1~中学3年生 卓球経験者 入会希望者は事務局か 指導者に相談してくださ い。	¥2,000- (週1/月謝) ¥4,000- (週2/月謝)	¥2,000- (週1/月謝) ¥4,000- (週2/月謝)	4月	2日・16日
								5月	6日・14日・20日・28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。