

2021年度 王寺やわらぎトラスト 第3期 スクール一覧及び日程表 [一般]

2021年10月1日現在
(実施日・会場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	期別	実施日	
							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	¥6,300- (全12回/期)	12月	6日・13日・20日
							1月	17日・24日・31日
							2月	7日・14日・21日
							3月	7日・14日・28日
2. フラダンスでリフレッシュ (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	¥6,300- (全12回/期)	12月	6日・13日・20日
							1月	17日・24日・31日
							2月	7日・14日・21日
							3月	7日・14日・28日
3. 肉体改造部 (講師:YUKA)	月	12:15~13:15	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥6,300- (全12回/期)	12月	6日・13日・20日
							1月	17日・24日・31日
							2月	7日・14日・21日
							3月	7日・14日・28日
4. ソフトYOGA (講師:堀内 淳子)	月	13:00~14:00	12回	いずみスクエア (多目的室)	一般	¥6,300- (全12回/期)	12月	6日・13日・20日
							1月	17日・24日・31日
							2月	7日・14日・21日
							3月	7日・14日・28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	¥6,300- (全12回/期)	12月	6日・13日・20日
							1月	10日・17日・24日
							2月	7日・14日・21日
							3月	7日・14日・28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	¥6,300- (全12回/期)	12月	6日・13日・20日
							1月	17日・24日・31日
							2月	7日・14日・21日
							3月	7日・14日・28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	¥6,300- (全12回/期)	12月	7日・14日・21日
							1月	11日・18日・25日
							2月	1日・8日・15日
							3月	1日・8日・15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 (3階ホール)	一般	¥6,300- (全12回/期)	12月	7日・14日・21日
							1月	11日・18日・25日
							2月	1日・8日・15日
							3月	1日・8日・15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	¥6,300- (全12回/期)	12月	7日・14日・21日
							1月	11日・18日・25日
							2月	8日・15日・22日
							3月	8日・15日・22日
10. スポーツ吹矢 (講師:王寺町体育協会)	火	13:30~15:30	12回	王寺アリーナ (アリーナ)	一般	¥3,300- (全12回/期)	12月	7日・14日・21日
							1月	11日・18日・25日
							2月	1日・8日・15日・22日
							3月	1日・8日・15日
11. みんなでZUMBA® (講師:わかこ)	火	19:00~20:00	12回	いずみスクエア (多目的室)	年長~一般	1人¥6,300- 親子ペアの場合 ¥10,600- (全12回/期)	12月	7日・14日・21日
							1月	11日・18日・25日
							2月	1日・8日・15日
							3月	1日・8日・22日
12. 護身術“少林寺拳法” (講師:王寺町体育協会)	火	19:00~20:00	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥2,300- (全12回/期)	12月	7日・14日・21日
							1月	11日・18日・25日
							2月	1日・8日・15日
							3月	1日・8日・15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	¥6,300- (全12回/期)	12月	1日・8日・15日
							1月	12日・19日・26日
							2月	2日・9日・16日
							3月	2日・9日・16日
15. 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	¥6,300- (全12回/期)	12月	1日・8日・15日
							1月	12日・19日・26日
							2月	2日・9日・16日
							3月	2日・9日・16日
16. 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	¥6,300- (全12回/期)	12月	8日・15日・22日
							1月	12日・19日・26日
							2月	2日・9日・16日
							3月	2日・16日・30日
17. 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)	¥6,300- (全12回/期)	12月	1日・8日・15日
							1月	12日・19日・26日
							2月	2日・9日・16日
							3月	2日・9日・16日
18. ロコモ予防 YOGA (講師:安居 摩美)	木	9:20~10:20	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥6,300- (全12回/期)	12月	2日・9日・16日
							1月	6日・13日・20日
							2月	3日・10日・17日
							3月	3日・10日・24日
19. 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 (多目的室)	一般	¥6,300- (全12回/期)	12月	2日・9日・16日
							1月	6日・13日・20日
							2月	3日・10日・17日
							3月	3日・10日・17日
20. 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)	¥3,300- (全12回/期)	12月	2日・9日・16日
							1月	6日・13日・20日
							2月	3日・10日・17日
							3月	3日・10日・24日
21. 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	¥6,300- (全12回/期)	12月	2日・9日・16日
							1月	6日・13日・20日
							2月	3日・10日・17日
							3月	3日・10日・24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	¥6,300- (全12回/期)	12月	2日・9日・16日
							1月	6日・13日・20日
							2月	3日・10日・17日
							3月	3日・10日・24日
23. 太極拳(カンフーフィットネス) (講師:永井 三千代)	木	13:30~15:00	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥6,300- (全12回/期)	12月	2日・9日・16日
							1月	6日・13日・20日
							2月	3日・10日・17日
							3月	3日・10日・24日
24. 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	¥6,300- (全12回/期)	12月	2日・9日・16日
							1月	6日・13日・20日
							2月	3日・10日・17日
							3月	3日・10日・24日
25. 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	¥6,300- (全12回/期)	12月	3日・10日・17日
							1月	7日・14日・21日
							2月	4日・18日・25日
							3月	4日・11日・18日
26. 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 (3階ホール)	一般	¥6,300- (全12回/期)	12月	3日・10日・17日・24日
							1月	14日・21日・28日
							2月	4日・18日・25日
							3月	11日・18日
27. 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	¥6,300- (全12回/期)	12月	3日・10日・17日
							1月	7日・14日・21日
							2月	4日・18日・25日
							3月	4日・11日・18日
28. 整体YOGA II (講師:小川 忍)	金	19:00~20:00	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	一般	¥6,300- (全12回/期)	12月	3日・10日・17日
							1月	7日・14日・21日
							2月	4日・18日・25日
							3月	4日・11日・25日
29. 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	王寺南小学校 (体育館)	一般	年会費のみ	12月	2日・9日・16日
							1月	6日・13日・20日
							2月	3日・10日・17日
							3月	3日・10日・24日
30. AGE65 卓球 (講師:AGE65内ボランティア指導者)	火	9:00~12:00	12回以上	王寺アリーナ (アリーナ)	65歳以上で 王寺町保健センター ”ここからカレッジ” を卒業した方に 限ります	年会費のみ	12月	7日・14日・21日・28日
							1月	4日・11日・18日・25日
	木	13:00~16:00	12回以上	王寺アリーナ (アリーナ)			12月	1日・8日・15日・22日・29日
							1月	2日・9日・16日・23日
31. AGE65 ニュースポーツ (講師:AGE65内ボランティア指導者)	水	13:00~15:00	3回	王寺アリーナ (アリーナ)	年会費のみ	12月	8日	
						1月	19日	
						2月	9日	
						3月	9日	
32. AGE65 グラウンドゴルフ (講師:AGE65内ボランティア指導者)	金	13:00~17:00	6回	畠田公園グラウンド	年会費のみ	12月	10日・24日	
						1月	14日・28日	
						2月	11日・25日	
						3月	11日・25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

2021年度 王寺やわらぎトラスト 第3期 スクール一覧及び日程表 [こども]

2021年10月1日現在
(実施日・会場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	期別	実施日	
							月	日
1. 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	¥6,300- (全12回/期)	12月	6日・13日・20日
							1月	17日・24日・31日
							2月	7日・14日・21日
							3月	7日・14日・28日
2. Kidsにここ運動教室 (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	いづみスクエア (3階ホール)	年中・年長	¥6,300- (全12回/期)	12月	6日・13日・20日
							1月	17日・24日・31日
							2月	7日・14日・21日・28日
							3月	7日・14日
3. 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	いづみスクエア (3階ホール)	小学1~6年生	¥6,300- (全12回/期)	12月	6日・13日・20日
							1月	17日・24日・31日
							2月	7日・14日・21日・28日
							3月	7日・14日
6. みんなでZUMBA® (講師:わかこ)	火	19:00~20:00	12回	いづみスクエア (多目的室)	年長~一般	1人¥6,300- 親子ペアの場合 ¥10,600- (全12回/期)	12月	7日・14日・21日
							1月	11日・18日・25日
							2月	1日・8日・15日
							3月	1日・8日・22日
7. Jr少林寺拳法 (講師:王寺町体育協会)	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	¥2,300- (全12回/期)	12月	7日・14日・21日
							1月	11日・18日・25日
							2月	1日・8日・15日
							3月	1日・8日・15日
8. ボールあそび教室 “奈良教育大バルシューレ” (講師:NPO法人バルシューレジャパン)	水	15:45~17:15	12回	王寺アリーナ (アリーナ)	小学1~4年生	¥2,300- (全12回/期)	12月	1日・8日・15日
							1月	5日・19日・26日
							2月	2日・9日・16日
							3月	2日・9日・16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	¥6,300- (全12回/期)	12月	1日・8日・15日
							1月	12日・19日・26日
							2月	2日・9日・16日
							3月	2日・9日・16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	¥3,300- (全12回/期)	12月	1日・15日・22日
							1月	12日・19日・26日
							2月	2日・9日・16日
							3月	2日・9日・16日
11. Jrフリースタイルダンス“初級” (講師:Chisato)	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1年生	¥6,300- (全12回/期)	12月	1日・8日・15日
							1月	12日・19日・26日
							2月	2日・9日・16日
							3月	2日・9日・16日
12. Jrフリースタイルダンス“中級” (講師:Chisato)	水	18:10~19:10	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	小学1~中学1年生 (ダンス経験者)	¥6,300- (全12回/期)	12月	1日・8日・15日
							1月	12日・19日・26日
							2月	2日・9日・16日
							3月	2日・9日・16日
13. ケイキフラ(こどものフラダンス) (講師:畑中 比佐子)	水	17:30~18:10	8回	いづみスクエア (多目的室)	年中~小学6年生	¥4,300- (全8回/期)	12月	1日・15日
							1月	12日・26日
							2月	2日・16日
							3月	2日・16日
14. 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~ (大人も可)	¥6,300- (全12回/期)	12月	1日・8日・15日
							1月	12日・19日・26日
							2月	2日・9日・16日
							3月	2日・9日・16日
15. こどもみゅーじかる (講師:はるちゃん)	木	15:30~16:30	8回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	2~5歳(と保護者)	¥4,300- (全8回/期)	12月	9日・23日
							1月	13日・27日
							2月	3日・17日
							3月	3日・24日
17. Jrバドミントン (講師:王寺町体育協会)	金	18:00~19:00	12回	王寺アリーナ (アリーナ)	小学1~6年生	¥6,300- (全12回/期)	12月	3日・10日・17日
							1月	7日・14日・21日
							2月	4日・18日・25日
							3月	4日・11日・18日
18. Jrバスケットボール (講師:王寺町体育協会)	金	19:00~21:00	12回以上	王寺小学校 (体育館)	小学1~6年生	¥2,300- (全12回以上/期)	12月	3日(南小)・10日・17日・24日
							1月	7日・14日・21日・28日
							2月	4日・11日・18日・25日
							3月	
19. 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	¥2,700- (全8回/期)	12月	4日・25日
							1月	22日・29日
							2月	19日・26日
							3月	19日・26日
20. チアダンス!“初級” (講師:YUKO)	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	¥6,300- (全12回/期)	12月	4日・11日・18日
							1月	8日・15日・22日
							2月	5日・12日・19日
							3月	5日・12日・19日
21. チアダンス!“中上級” (講師:YUKO)	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	¥6,300- (全12回/期)	12月	4日・11日・18日
							1月	8日・15日・22日
							2月	5日・12日・19日
							3月	5日・12日・19日
22. 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	¥3,300- (全6回/期)	12月	4日・25日
							1月	15日
							2月	5日・19日
							3月	5日
23. 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	¥3,300- (全6回/期)	12月	4日・25日
							1月	15日
							2月	5日・19日
							3月	5日
24. Jrスーパーホッケー (講師:王寺Jrホッケークラブ)	土	11:00~12:30	8回	王寺小学校 (体育館)	小学1~中学3年生	¥2,300- (全8回/期)	12月	11日・18日
							1月	8日・15日・22日
							2月	5日・12日・19日
							3月	
25. Jr剣道 (講師:王寺町体育協会)	土	18:30~20:00	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	年中~小学6年生	¥4,000- (全12回/期)	12月	11日・18日・25日
							1月	8日・15日・22日
							2月	5日・12日・19日
							3月	5日・12日・19日
26. 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	いづみスクエア (多目的室)	2~4歳 (保護者同伴可)	¥4,300- (全8回/期)	12月	5日・12日
							1月	16日・23日
							2月	13日・27日
							3月	6日・20日
27. Jr陸上 (講師:王寺町体育協会)	日	14:00~16:00	12回以上	王寺小学校 (グラウンド及び 体育館)	小学3~6年生	¥2,300- (全12回以上/期)	12月	12日・26日
							1月	9日・16日・23日・30日
							2月	6日・13日・20日・27日
							3月	(3月は南小)6日・13日・20日
Jr卓球クラブ =エムクラブ= (講師:坂田 正義)	火	18:30~20:45	毎週	王寺アリーナ (アリーナ)	小学1~中学3年生 卓球経験者	¥2,000- (週1/月謝) ¥4,000- (週2/月謝)	12月	7日・14日・21日
							1月	4日・11日・18日・25日
							2月	1日・8日・15日・22日
							3月	1日・8日・15日・22日・29日
							12月	11日・19日・26日
							1月	9日・16日・23日・30日
	日もしくは土	14:00~16:00	毎週	王寺アリーナ (アリーナ)	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)	12月	6日・13日・20日・27日
							1月	6日・13日・20日・27日
							2月	
							3月	
							12月	
							1月	

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