

2023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]

2023年11月2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 期別会費	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	4日・11日・18日
							1月	15日・22日・29日
							2月	5日・19日・26日
							3月	4日・11日・18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	¥6,300- (全12回/期)	12月	4日・11日・18日
							1月	15日・22日・29日
							2月	5日・19日・26日
							3月	4日・11日・18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	¥6,300- (全12回/期)	12月	4日・11日・18日
							1月	15日・22日・29日
							2月	5日・19日・26日
							3月	4日・11日・18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	¥6,300- (全12回/期)	12月	4日・11日・18日
							1月	15日・22日・29日
							2月	5日・19日・26日
							3月	4日・11日・18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	4日・11日・18日
							1月	15日・22日・29日
							2月	5日・19日・26日
							3月	4日・11日・18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	4日・25日
							1月	8日・15日・22日・29日
							2月	19日・26日
							3月	4日・11日・18日・25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	5日・19日・26日
							1月	9日・16日・23日
							2月	6日・13日・20日
							3月	5日・12日・19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	¥6,300- (全12回/期)	12月	5日・12日・19日
							1月	9日・16日・23日
							2月	6日・13日・20日
							3月	5日・12日・19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	5日・12日・19日
							1月	9日・16日・23日
							2月	6日・13日・20日
							3月	5日・12日・19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	¥3,300- (全12回/期)	12月	5日・12日・19日
							1月	9日・16日・23日
							2月	6日・13日・20日
							3月	5日・12日・19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	6日・20日
							1月	10日・17日・24日・31日
							2月	7日・14日・21日
							3月	6日・13日・27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	¥6,300- (全12回/期)	12月	6日・20日
							1月	10日・17日・24日・31日
							2月	7日・14日・21日
							3月	6日・13日・27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	¥6,300- (全12回/期)	12月	6日・13日・20日・27日
							1月	10日・17日・24日
							2月	21日・28日
							3月	6日・13日・27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)	¥6,300- (全12回/期)	12月	6日・20日
							1月	10日・17日・24日・31日
							2月	7日・14日・21日
							3月	6日・13日・27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	¥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	7日・14日・21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	¥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	7日・14日・21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)	¥3,300- (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	7日・14日・21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	¥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	7日・14日・21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	¥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	7日・14日・21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	7日・21日
							1月	11日・18日・25日
							2月	1日・8日・15日・22日・29日
							3月	7日・21日
23. 自強術 (講師:本田 博子/荒賀 依子)	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	7日・14日・21日
							1月	11日・18日・25日
							2月	8日・15日・22日
							3月	7日・14日・21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	¥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	1日・8日・15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	¥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	8日・15日・22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	¥6,300- (全12回/期)	12月	1日・8日・22日
							1月	12日・19日・26日
							2月	2日・9日・16日
							3月	1日・8日・15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	¥6,300- (全12回/期)	12月	1日・8日・22日
							1月	12日・19日・26日
							2月	2日・9日・16日
							3月	1日・8日・15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	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	7日・14日・21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	12月	5日・12日・19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	5日・12日・19日・26日
	木	13:00~16:00	王寺アリーナ (アリーナ)	年会費のみ		12月	7日・21日	
						1月	11日・25日	
						2月	1日・15日	
						3月	7日・21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	4回	王寺アリーナ (アリーナ)	年会費のみ	12月	13日	
						1月	17日	
						2月	14日	
						3月	13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	8回	畠田公園グラウンド	年会費のみ	12月	8日・22日	
						1月	12日・26日	
						2月	9日・23日	
						3月	8日・22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3期 スクール一覧及び日程表 [こども]

2023年11月2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 期別会費	実施日	
							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)	12月	4日・18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	¥6,300- (全12回/期)	12月	4日・11日・18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	¥6,300- (全12回/期)	12月	4日・11日・18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	¥6,300- (全12回/期)	12月	4日・11日・18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	¥6,300- (全12回/期)	12月	11日・18日・25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	¥3,300- (全12回/期)	12月	6日・13日・20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	6日・13日・20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	6日・13日・20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	¥6,300- (全12回/期)	12月	6日・13日・20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	¥4,300- (全8回/期)	12月	6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)	¥6,300- (全12回/期)	12月	6日・20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	¥6,300- (全12回/期)	12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	¥3,300- (全12回以上/期)	12月	1日・8日・15日・22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	¥2,700- (全8回/期)	12月	9日・23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	¥6,300- (全12回/期)	12月	9日・23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	¥6,300- (全12回/期)	12月	9日・23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	¥3,300- (全6回/期)	12月	2日・16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	¥3,300- (全6回/期)	12月	2日・16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)	12月	9日・16日・23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)	¥4,300- (全8回/期)	12月	3日・17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	¥2,300- (全8回/期)	12月	24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	¥3,300- (全12回以上/期)	12月	3日・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