

静岡県武道館 令和8年度 第1期(4月～7月)スポーツ・文化教室

※募集人数は武道館までお問い合わせください!

2026/2/26

◎ 当館の教室を受講するには、必ず「スポーツ安全保険」に加入していただきます。★保険適用期間は2027年3月末日まで有効です。
 受講料 + スポーツ安全保険料 (高校生以上2,000円・65歳以上1,200円・中学生以下800円・文化教室800円) ★複数教室を受講される場合は1教室のみ
 ◎ 当館の諸規則を守れない場合は、受講をお断りすることがあります。

No.	教室名 ※番号斜線はNEW教室	曜日	時間	日 程				回数	受講料	備 考 《※印》の教室はヨガマット をご用意ください。
				4月	5月	6月	7月			
1	シニアフレッシュ体操	火	14:00～15:00	14・21・28	12・19・26	2・9・16・23・30	7・14	13	¥9,750	60歳以上対象
2	シニアヨガ	木	14:00～15:00	9・16・23・30	14・21・28	4・11・18・25	2・9・16	14	¥10,500	※60歳以上対象
3	セルフリンパケアヨガ	金	10:00～11:00	10・24	1・15・29	12・19・26	3・10	10	¥7,500	※
4	骨盤修正&ダイエットヨガA	水	13:00～14:00	8・15・22	13・20・27	3・10・17・24	1・8・15・22	14	¥10,500	※
5	骨盤修正&ダイエットヨガB	水	14:10～15:10							
6	骨盤修正ヨガ	日	18:45～20:00	19・26	10・17・24	7・14・28	5・12・19	11	¥8,250	※
7	リフレッシュヨガ	金	10:30～11:40	10・17・24	1・15・22・29	5・19・26	3・10	12	¥9,000	※
8	ストレッチ体操	火	13:30～14:30	7・14・21・28	12・19・26	2・9・16・23・30	7	13	¥9,750	※テニール代(700円)別途必要
9	アロマでシェイプA	金	18:30～19:30	10・17・24	15・22	5・12・19・26	3・10	11	¥8,250	※
10	アロマでシェイプB	金	19:40～20:40							
11	ノルディックウォーキング	金	13:30～15:00	10・17	1・15・22	5・12・19	3・10	10	¥7,500	ボールレンタルあり
12	バランスボールエクササイズ	金	13:30～14:30	17・24	1・15・22	5・12・19	3	9	¥6,750	※
13	健康体操真向法	火	13:30～15:00	7・14・21・28	12・19・26	2・9・16・23・30	7・14	14	¥10,500	
14	初級姿勢改善運動A	火	9:30～10:30	14・21・28	12・19・26	2・9・16・23・30	7・14	13	¥9,750	※60歳以上対象
15	初級姿勢改善運動B	火	11:00～12:00							
16	初級姿勢改善運動C	火	16:00～17:00							
17	中級姿勢改善運動	火	19:00～20:00							
18	コンディショニングエアロ	火	19:30～20:30	7・14・21・28	12・19・26	2・9・16・23・30	7・14	14	¥10,500	※
19	MakingBodyDance 初級MBダンス	水	9:30～10:15	8・15・22	13・20・27	10・17・24	8・15・22	12	¥9,000	
20	ダンスと体操	水	10:30～12:00	8・15・22	13・20・27	3・10・17・24	1・8・15・22	14	¥10,500	クッション代(1,150円)別途必要
21	健美操	木	9:30～10:35	9・16・23・30	14・21・28	4・11・18・25	2・9・16・23	15	¥11,250	※
22	初級エアロピクス	木	10:50～12:00							
23	中級エアロピクス	火	10:00～11:30	7・14・21・28	12・19・26	2・9・16・23・30	7・14	14	¥10,500	※経験者対象
24	フラダンス初級(金)	金	10:30～12:00	10・17・24	15・22・29	5・12・19	3・10・17	12	¥9,000	
25	フラダンス初級(水)	水	19:00～20:30	15・22	13・20・27	3・10・17・24	1・8・15	12	¥9,000	
26	ダーツ(木)	木	19:30～20:45	9・16・23・30	14・21・28	4・11・18・25	2・9・16	14	¥10,500	
27	ダーツ(土)	土	19:30～20:45	18・25	2・16・23	6・13・27	11・18	10	¥7,500	
28	呼吸器を強くするブローライフル	木	10:00～11:30	16・23	14・21	4・11・25	2・16	9	¥6,750	マウスピース別途必要 ボールレンタルあり
29	トランポリンA	日	18:30～19:45	19・26	24	7・14・28	5・12	8	¥6,000	小学生以上対象
30	トランポリンB	日	19:50～21:00							
31	卓球	土	19:00～20:45	18	16	6・27	4	5	¥3,750	中学生以上対象
32	バドミントン	木	19:30～21:00	9・16・30	14・21・28	11・18・25	2・9・16	12	¥9,000	小学(4年生)以上対象 初心者・初級・中級
33	上級バドミントン	金	19:00～21:00	10・17・24	15・22・29	5・12・19・26	3・10	12	¥9,000	基礎打ちのできる方(ジュニア不可)
34	ガンクラブ	水	15:30～16:30	8・15・22	13・20・27	3・10・17・24	1・8・15	13	¥8,450	幼稚園年少～年長対象 小学(1～3年生)対象
35	パワフルクラブ	水	16:45～17:45							
36	親子体操	金	10:00～11:00	10・17・24	1・15・22・29	5・12・19・26	3・10	13	¥8,450	1歳～3歳(立って歩けるお子様)
37	親子体操(託児付)									
38	チアダンスA	木	16:00～17:00	9・16・23	14・21・28	4・11・18	2・9・16	12	¥7,800	幼稚園年中～小学1年生対象 小学(2～6年生)対象
39	チアダンスB	木	17:10～18:10							
40	弓道初級(水)	水	10:00～12:00	8・15・22	13・20・27	3・10・17・24	1・8・15・22	14	¥10,500	初心者～参段をお持ちの方 下掛け別途必要
41	弓道初級(金)	金	10:00～12:00	10・17・24	1・15・22・29	5・12・19・26	3・10	13	¥9,750	
42	弓道初級ジュニア(金)	金	18:15～20:15	10・17・24	1・15・22・29	5・12・19・26	3・10・17	14	¥10,500	中学生～一般対象 初心者～参段をお持ちの方 下掛け別途必要
43	弓道有段者(木)	木	18:50～20:50	9・16・23・30	14・21・28	4・11・18・25	2・9・16	14	¥10,500	初段～錬士をお持ちの方
44	弓道中級(火)	火	9:30～11:30	7・14・21・28	12・19・26	2・9・16・23・30	7・14	14	¥10,500	四・五段をお持ちの方
45	弓道中級(水)	水	13:30～15:30	8・15・22	13・20・27	3・10・17・24	1・8・15	13	¥9,750	四・五段をお持ちの方
46	弓道有段者(火)	火	13:30～15:30	7・14・21・28	12・19・26	2・9・16・23・30	7・14	14	¥10,500	錬士の方
47	太極拳入門初級(火)	火	10:00～11:30	14・21・28	12・19・26	2・16・23・30	7・14	12	¥9,000	
48	太極拳中級A(水)	水	10:00～11:30	15・22	13・20・27	3・17・24	1・8・15・22	12	¥9,000	24式のできる方
49	太極拳中級B(水)	水	13:30～15:00	15・22	13・20・27	3・17・24	1・8・15・22	12	¥9,000	24式のできる方
50	太極拳入門初級(金)	金	10:00～11:30	10・24	15・22・29	5・12・19・26	3・10	11	¥8,250	
51	居合道	土	18:45～20:30	11・18・25	9・16・23	6・13・20・27	18	11	¥8,250	
52	季節を楽しむ俳句	金	13:30～15:30	17・24	22・29	19・26	17	7	¥5,250	
53	実用書道	金	13:30～15:30	10	1・15	5・12	3・10	7	¥5,250	教材費別途必要
54	かな書道	木	13:00～15:00	9・23	14・28	11・25	9・23	8	¥6,000	教材費別途必要
55	元気のでる絵手紙	木	13:00～15:00	16・30	21	4・18	2	6	¥4,500	教材費別途必要