

守口市民体育館 令和7年度 教室案内



ジュニア体操教室



教室名	曜日	時間	対象	定員	単価	空き状況
ジュニア体操	木	17:05~18:05	小学1~4年生	25名	950円	◎



Jr.バドミントン教室



ジュニアバドミントン	木	18:00~20:00	小・中学生	40名	950円	◎
------------	---	-------------	-------	-----	------	---



エヴェッサバスケットボールスクール



Aクラス	火	17:20~18:20	小学生(未経験者・初級者)	各20名程度	1,300円	満 ※現在 キャンセル待ち です
Bクラス		18:25~19:25	小学4年生(経験者)~中・高校生			



エヴェッサチアダンススクール

※女性のみ対象



キッズAクラス	金	17:10~18:10	園児(4~6歳児)	各20名	1,550円	◎
キッズBクラス		18:20~19:20	小学1~4年生			△
ジュニアクラス		19:30~20:30	小学5~中学生			◎



インドアテニス教室



A-1 ベーシック	月	9:10~10:30	中学生以上の方	各12名	2,000円	◎
A-2 ミドル		10:30~11:50				
B-1 ベーシック	火	9:30~10:50				
B-2 ミドル		11:10~12:30				
B-3 ミドル		12:50~14:10				

お申し込みは所定の用紙に必要事項をご記入の上、体育館2階事務所にご提出ください。
定員に満たない教室は、体験(1回分の料金が必要)・途中参加(残り回数分のみ)ができます。

※お電話で確認の上、必ずご予約ください



市外の方もご参加いただけます

詳しい日程等は、右記 教室案内をご覧ください。



守口市民体育館 令和7年度 教室案内

教室名	曜日	時間	対象	定員	単価	空き状況
ZUMBA®	月	10:00~11:00	18歳以上の方 	各15名	1,000円	◎
ラテンエクササイズ		11:15~12:15				◎
ヨガ A		10:00~11:30	16歳以上の方	50名	950円	◎
らくらく体操 A		13:10~14:20	60歳以上の方	各30名		◎
太極拳		15:20~16:50	16歳以上の方 			◎
ラージボール卓球		15:00~16:30	50歳以上の方	45名		◎
パワーヨガ A	火	9:30~10:30	16歳以上の方	50名		◎
健康体操		10:40~11:50	50歳以上の方	30名		◎
パワーヨガ B		19:40~20:40	16歳以上の方 	各50名		◎
ヨガ B	木	10:00~11:30				◎
らくらく体操 C		13:10~14:20		各30名		◎
らくらく体操 D		14:30~15:40	◎			
硬式卓球	金	10:00~12:00	30歳以上の方	45名	1,000円	◎
リフレッシュ体操		9:20~10:30	50歳以上の方	各30名	950円	◎
シルバー体操		10:40~11:50	65歳以上の方			◎

フィットネス教室

教室名	曜日	時間	対象	定員	単価	空き状況
ゆったり体操	火	9:30~10:30	 16歳以上の方 	各15名	950円	満
ゆっくりストレッチ	木	9:30~10:30				満
運動不足さよなら		11:00~12:00				◎
お肉サヨナラ健康体操		19:30~20:30				◎
のびのび体操	金	9:30~10:30				◎
かんたんエアロビクス		13:00~14:00				△
元気体操	土	11:00~12:00				△
脂肪さよなら		13:00~14:00				◎

トレーニングをしたい方はフィットネスルームもあります。
 各種トレーニング器具が利用でき、自己の体力向上と健康増進が図れます。
 初めての方にも安心してトレーニングいただけるよう、マシンの使い方等についてスタッフがサポートします。
 ※はじめに利用講習会を受講し、講習会終了後「利用証」をお渡しします。



守口市民体育館 TEL:06-6992-8201
 指定管理者: 守口ゆめづくりスポーツコミュニティ

