

令和7年度 スポーツスクール 年間予定表

裏面もご覧ください

明和町スポーツ協会（明和スポーツクラブ）

親子運動あそび教室		全8回
ボール遊び・かけっこ等、将来のために基礎運動能力を育てます♪		
期 日	5/11・18・25・6/1・8・15・22・29	
(日曜日)	(予備日 7/6・13・20・27)	
時 間	<1部>9:30~10:20 <2部>10:30~11:20	
対 象	町内・近隣市町 年少～年長と保護者	
定 員	各クラス 6ペア（幼児1名・保護者1名を1ペアとして）	
会 場	明和町担い手センター	
受付期間	4月1日（火）～8日（火）	

親子&ジュニアテニス（硬式）		全8回
親子で楽しく、テニスで体を動かしましょう♪		
期 日	5/11・18・25・6/1・15・22・29・7/6	
(日曜日)	(予備日 7/13・20・27・8/3)	
時 間	15:30~17:00	貸出ラケットあります
対 象	町内・近隣市町 小学生～中学生 または親子	
定 員	24名	
会 場	明和町テニスコート	
受付期間	4月1日（火）～8日（火）	

ヒップホップダンス〈幼児クラス〉		前期/後期 各5回
音楽に合わせて全身運動！リズム感の育成・体力向上に！		
期 日	前期：5/15・22・29・6/5・12	前期、後期のどちらかでもOK！ もちろん両方も大歓迎！
(木曜日)	後期：10/2・9・16・23・30	
時 間	16:00~16:45	
対 象	町内・近隣市町 年少～年長	
定 員	20名	
会 場	明和町担い手センター	
受付期間	前期：4月1日（火）～8日（火） 後期：9月2日（火）～9日（火）	

剣道		全5回
竹刀での素振りや礼法を体験しながら、剣道を楽しみましょう♪		
期 日	7/24・31・8/7・21・28	
(木曜日)		
時 間	18:30~19:30	
対 象	明和町内 年長～小学生	
定 員	10名	
会 場	Dreamオーシャン総合体育館 剣道場	
受付期間	6月24日（火）～7月1日（火）	

新体操		
リズム感・柔軟性・バランス感覚を身につけます♪		
対 象	<幼児クラス> 年中～年長 <低学年クラス> 小学1年生～2年生 <中・高学年クラス> 小学3年生～6年生	
詳細は、後日お知らせします。		

ピククルボール〈ジュニアクラス〉		全8回
ニュースポーツのピククルボールを体験してみましょ		
期 日	5/11・18・25・6/1・8・15・22・29	
(日曜日)	(予備日 7/6・13・20・27)	
時 間	14:00~14:50	
対 象	町内・近隣市町 小学生～中学生	
定 員	10名	ルール➡ 
会 場	明和町担い手センター	
受付期間	4月1日（火）～8日（火）	

剛柔流空手道		全5回
空手の流派のひとつです。「心・技・体」を体験してみましょ！		
期 日	5/7・14・21・28・6/4	
(水曜日)		
時 間	18:00~19:30	
対 象	明和町内 年長～中学生	
定 員	20名	
会 場	Dreamオーシャン総合体育館 柔・剣道場	
受付期間	4月1日（火）～8日（火）	

ヒップホップダンス〈小学生クラス〉		前期/後期 各5回
音楽に合わせて全身運動！リズム感の育成・体力向上に！		
期 日	前期：5/15・22・29・6/5・12	前期、後期のどちらかでもOK！ もちろん両方も大歓迎！
(木曜日)	後期：10/2・9・16・23・30	
時 間	16:55~17:45	
対 象	町内・近隣市町 小学生	
定 員	25名	
会 場	明和町担い手センター	
受付期間	前期：4月1日（火）～8日（火） 後期：9月2日（火）～9日（火）	

水泳		
バタ足や息つきなど泳ぎの基本を身につけましょ♪		
期 日	7月下旬～8月上旬	(4日間を予定)
詳細は、後日お知らせします。		

走り方教室		全4回
速く走るための体の使い方や動きについて楽しく学びましょ♪		
期 日	11/8・15・22・12/6	
(土曜日)		
時 間	13:00~15:00	
対 象	明和町内 小学4年生～6年生	
募集人数	40名	
会 場	明和町総合グラウンド	
受付期間	10月7日（火）～14日（火）	

令和7年度 スポーツスクール 年間予定表

女性テニス 全8回	
テニスの基礎を学びます。運動不足の解消にも！	
期 日	5/10・17・24・31・6/7・14・21・28 (土曜日) (予備日 7/5・12・19・26)
時 間	19:00~20:30
対 象	町内・近隣市町 初心・初級の女性
定 員	16名
会 場	明和町テニスコート
受付期間	4月1日(火)~8日(火)

美腸ヨガ 全4回	
美腸クッションを使って内臓をマッサージ！ セルフマッサージでおなかを柔らかくして調子を整えます♪	
期 日	5/27・6/10・24・7/1 (火曜日)
時 間	19:15~20:45
対 象	町内・近隣市町 成人
定 員	10名
会 場	Dreamオーシャン総合体育館 会議室
受付期間	4月1日(火)~8日(火)

コンディショニングピラティス 前期/後期 各5回	
深い呼吸を行いながら日常生活では意識しないインナーマッスを鍛えます！	
期 日	前期：6/7・21・28・7/5・12 (土曜日) 後期：10/11・18・25・11/8・15
時 間	9:30~11:00
対 象	町内・近隣市町 成人
定 員	10名
会 場	Dreamオーシャン総合体育館 会議室または柔道場
受付期間	前期:5月1日(木)~8日(木) 後期:9月11日(木)~18日(木)

前期、後期の
どちらかでもOK!
もちろん両方も大歓迎!

ピククルボール 〈おとなクラス〉 全8回	
ニュースポーツのピククルボールを体験してみましょう	
期 日	5/11・18・25・6/1・8・15・22・29 (日曜日) (予備日 7/6・13・20・27)
時 間	13:00~13:50
対 象	町内・近隣市町 高校生以上
定 員	10名
会 場	明和町担い手センター
受付期間	4月1日(火)~8日(火)

ルール→



マインドフルネス瞑想ヨガ 全6回	
ヨガの呼吸、ポーズで体を整え、瞑想で心を安定させます♪ 心身ともにリラックスしてコンディションを整えましょう♪	
期 日	6/2・16・7/7・21・8/4・18 (月曜日)
時 間	19:30~21:00
対 象	町内・近隣市町 成人
定 員	10名
会 場	Dreamオーシャン総合体育館 会議室
受付期間	5月1日(木)~8日(木)

エアロビクス&ダンス 前期/後期 各8回	
エアロビクスで全身運動! 振付ダンスで楽しみましょう♪ 有酸素運動で持久力UP! ストレス解消にも♪	
期 日	前期：6/20・27・7/4・11・18・25・8/1・8 (金曜日) 後期：10/10・17・11/7・14・21・28・12/5・12
時 間	13:30~15:00
対 象	町内・近隣市町 成人
定 員	20名
会 場	Dreamオーシャン総合体育館 柔・剣道場
受付期間	前期:5月1日(木)~8日(木) 後期:9月11日(木)~18日(木)

前期、後期の
どちらかでもOK!
もちろん両方も大歓迎!

◆一部、申込方法が変わりました。すべてのスクールにおいて先着順ではありません。

明和町スポーツ協会のホームページ、広報めいわ、学校・園(子ども対象)等を通じて案内しますので、ご確認ください。

※日程および会場、申込期日等は変更になる場合があります。



電話でのお問い合わせはこちら

明和町スポーツ協会 (Dreamオーシャン総合体育館内)
TEL: 0596-52-7130

ホームページはこちら

明和町スポーツ協会 検索



HP内 年間スクール
QRコード