

# 帝京平成スポーツアカデミー プログラムカレンダー

## 2019年 第4クール

新規・追加 受付期間：12月3日(火)～2月28日(木)

千葉キャンパスプログラム ※開催曜日順

No.	教室名	曜日	実施時間	講師名	対象(定員)	活動場所	参加費(クール)	1月	2月	3月
1	Jr.クライミング教室【大学】※ <sup>1</sup>	月	16:30~17:30	濱田 剛	小学生(20)	10号館-101	5,700円	6 20 27	3 17	2 9 16 23
2	ピラティスA	火	15:00~16:00	滝本 泉	一般(25)	9号館-502	4,800円	7 14 21 28	4 18 25	3 10 17
3	Jr.サッカースクール【大学】	火	16:00~17:00	宮司 佳則	年少~小3(15)	うるいどグラウンド(雨天:体育館)	5,100円	14 21 28	4 18 25	3 10
4	太極拳	水	10:00~11:30	柄沢 秀子	一般(20)	9号館-502	6,300円	8 15 22 29	5 12 19 26	4 11
5	エクササイズ&コンディショニングストレッチ【大学】	水	13:00~14:00	石橋 和正	シニア(20)	9号館-502	3,900円	15 22	5 12 19 26	4 11
6	初めてのヨガA	水	17:10~18:10	佐藤 美奈子	一般(25)	9号館-502	4,800円	8 15 22 29	5 12 19 26	4 11
7	基本のヨガA	水	18:20~19:20	三田 芳江	一般(25)	9号館-502	4,800円	8 15 22 29	5 12 19 26	4 11
8	かんたん筋カトレニング教室【大学】	水	18:30~19:30	高橋 仁	一般(15)	9号館-203		都合により休講		
9	シニアウォーキング【大学】	木	10:00~11:30	眞瀬垣 啓	シニア(30)	うるいどグラウンド(雨天:9号館-502)	4,500円	9 16 30	13 27	5 12
10	HIP・HOP(一般)	木	11:00~12:00	KIKU	一般(20)	9号館-202	4,800円	9 16 23 30	6 13 20 27	5 12
11	ヨガフロー	木	12:30~13:30	二階堂 敦子	一般(25)	9号館-502	4,800円	9 23 30	6 13 20 27	5 12 19
12	骨盤アジャスト&ストレッチA(調整と伸長)	木	14:00~15:00	二階堂 敦子	一般(25)	9号館-502	4,800円	9 23 30	6 13 20 27	5 12 19
13	水彩とパステル教室(一般絵画)	木	13:30~15:30	小森 精一	一般(15)	9号館-204	15,000円	9 16 23 30	6 13 20 27	5 12
14	子どものアトリエ(子どもの絵画・工作教室)	木	16:30~18:30	小森 精一	小学生~高校生(15)	9号館-204	15,000円	9 16 23 30	6 13 20 27	5 12
15	スラックライン	木	15:50~16:50	我妻 吉信	小学生~一般(6)	10号館-101	3,000円	16 30	13 27	12 19
16	基本のヨガB	木	16:50~17:50	三田 芳江	一般(25)	9号館-502	4,800円	9 16 23 30	6 13 20 27	5 12
17	ハタヨガA	木	18:00~19:00	三田 芳江	一般(25)	9号館-502	4,800円	9 16 23 30	6 13 20 27	5 12
18	~楽しく歌い、心が和む~ 愛唱歌(童謡から流行歌まで)	金	14:30~15:45	門馬 あすみ	一般(25)	9号館-202	9,300円	10 24 31	7 14 21 28	6 13
19	運動や手の使い方にも活用できる 子どもの体操教室【大学】	金	15:30~16:30	坂本 美希※ <sup>2</sup> 藤之	年少~年長(6)	9号館-502	3,000円	10 31	14 21	6 13
20	キッズテニス	土	8:30~9:30	市原市テニス協会	年長~小2(25)	テニスコート(雨天:体育館)	5,700円	11 25	1 8 15 22 29	7 21
21	Jr.テニス	土	9:35~11:05	市原市テニス協会	小3~小6(35)	テニスコート(雨天:体育館)	5,700円	11 25	1 8 15 22 29	7 21
22	テニス	土	11:10~12:40	市原市テニス協会	一般(35)	テニスコート(雨天:体育館)	5,700円	11 25	1 8 15 22 29	7 21
23	親子で楽しむ体づくり運動教室【大学】	土	13:00~14:00	中村 他	年中~小学生(15)	体育館	3,000円	11 25	8 22	7 21

※<sup>1</sup>Jr. クライミング教室は落下防止の為、保護者の補助が必須参加条件となります ※<sup>2</sup>各週によって担当が変わります。

ちはら台キャンパスプログラム ※開催曜日順

No.	教室名	曜日	実施時間	講師名	対象(定員)	活動場所	参加費(クール)	1月	2月	3月
24	ラージボール卓球	火	10:00~11:30	西沢 マサ子	シニア(20)	体育館	5,700円	14 21 28	4 18 25	3 10 17
25	エアロビクス	水	13:00~14:00	稲村 恵美子	一般(20)	ダンスホール	4,800円	8 15 22 29	5 12 19 26	4 11
26	骨盤アジャスト&ストレッチB(調整と伸長)	水	13:30~14:30	門馬 あすみ	一般(25)	体育館	4,800円	8 15 22 29	5 12 19 26	4 11
27	Jr.バスケットボールA	水	16:30~17:30	千葉ジュニア アカデミースタッフ	小学生(20) 初心者	体育館	5,100円	8 22	5 12 19 26	4 11
28	Jr.バスケットボールB	水	17:40~18:40	千葉ジュニア アカデミースタッフ	小4~小6(25) 経験者	体育館	5,100円	8 22	5 12 19 26	4 11
29	初めてのHIP・HOP	水	17:00~18:00	KIKU	小2~小6(25) 超初級~初級	ダンスホール	4,800円	8 15 22 29	5 12 19 26	4 11
30	初めてのヨガB	木	10:00~11:00	三田 芳江	一般(25)	体育館	4,800円	9 16 23 30	6 13 20 27	5 12
31	基本のヨガC	木	10:00~11:00	佐藤 美奈子	一般(20)	ダンスホール	4,800円	9 16 23 30	6 13 20 27	5 12
32	ハタヨガB	木	11:10~12:10	佐藤 美奈子	一般(23)	ダンスホール	4,800円	9 16 23 30	6 13 20 27	5 12
33	ベリーダンス	木	12:20~13:20	ダイヤモンドベリー ダンスカンパニー	一般(20)	体育館	4,800円	9 16 23 30	6 13 20 27	5 12
34	バレトン	木	12:50~13:50	Haruka	一般(20)	ダンスホール	4,800円	9 16 23 30	6 13 20 27	5 12
35	ピラティスB	木	14:00~15:00	滝本 泉	一般(30)	体育館	4,800円	9 16 23 30	6 13 20 27	5 12
36	キッズHIP・HOP	木	16:00~16:50	KIKU	年中~小1(15)	ダンスホール	4,800円	9 16 23 30	6 13 20 27	5 12
37	基本のHIP・HOP	木	17:00~18:00	KIKU	小2~小6(25) 初級~初中級	ダンスホール	4,800円	9 16 23 30	6 13 20 27	5 12
38	HIP・HOPステップアップ	木	18:15~19:15	KIKU	小2~中学生(25) 初中級以上	ダンスホール	4,800円	9 16 23 30	6 13 20 27	5 12
39	ハタヨガC	金	10:00~11:00	佐藤 美奈子	一般(23)	ダンスホール	4,400円	10 24 31	7 14 21 28	6 13
40	ボディメイクヨガ	金	11:10~12:10	佐藤 美奈子	一般(20)	ダンスホール	4,400円	10 24 31	7 14 21 28	6 13
41	ハタヨガD	金	15:40~16:40	佐藤 美奈子	一般(21)	ダンスホール	4,400円	10 24 31	7 14 21 28	6 13
42	Jr.バドミントン【大学】	金	16:50~18:20	若狭 他	小学生(25)	体育館	5,100円	10 24 31	7 14 21 28	13
43	バドミントン【大学】	金	18:30~20:00	寺田 善弘	一般(20)	体育館	5,100円	10 24 31	7 14 21 28	6
44	基礎からはじめよう!ランニング教室 ~目指せ!フルマラソン~	土	9:30~11:30	岡田 一彦	一般(20)	クラブハウス (雨天決行)		都合により休講		
45	チャイルドコーディネーション	土	10:30~11:30	山中 竜弥	年長~小3(15)	体育館	4,800円	11 25	1 8 15 22 29	7 14 21

【大学】帝京平成大学教職員・学生指導プログラム

- Web・FAX・窓口持参(千葉キャンパスのみ)・郵送いずれかの方法でお申込み下さい。
  - 申し込みは先着順です。定員の空き状況に関しては事務局にご確認ください。定員に達したプログラムにつきましては参加待ちとなります。
  - 定員に達していないプログラムはクールの途中からの参加も可能です。(途中入会でも参加費の割引はございません)
  - クール間は自動継続となります。2020年度第1クールの継続を希望されない、プログラムを変更する場合は、**2020年3月10日(火)までに**所定の用紙をご提出下さい。
  - 指導者の都合や天災等により日程を変更・中止する場合があります。お電話等でのご連絡はいたしませんので、ホームページを必ずご確認ください。
  - お子様をお預かりする託児所などの施設はありませんので、お子様を連れてのプログラム参加はご遠慮ください。
- ご不明な点は右記連絡先までお気軽にお問い合わせください。

### 帝京平成スポーツアカデミー

〒290-0193 千葉県市原市うるいど南4-1 帝京平成大学千葉キャンパス内  
【TEL】0436-74-6369 【FAX】0436-74-9341  
【URL】<http://www.thsa.jp/> 【営業日・営業時間】火~金曜日 9:00~16:00(年末年始、祝日を除く)