

# 2022年度 第4クール プログラムカレンダー

新規・追加 受付期間：12月1日（木）～2月24日（金）

千葉キャンパス会場

No.	プログラム名	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】※1	月	16:30～17:30	濱田 剛	小学生	10号館-101	6,500円	16 23 30	6 13 20 27	6 13 20
2	かんたん筋力トレーニング教室【大学】	月	18:00～19:00	高橋 仁	一般	9号館-502	4,000円	16 23 30	6 13 27	6 13
3	シニアウォーキング	火	10:00～11:30	岡田 一彦	シニア	うるいどグラウンド (雨天:9号館-502)	4,700円	10 24	7 21 28	7 14
4	ピラティスA	火	15:00～16:00	滝本 泉	一般	9号館-502	4,900円	10 17 24 31	7 14 21 28	7 14
5	Jr.サッカースクール【大学】	火	16:00～17:00	女子サッカー部	小1～小3	うるいどグラウンド (雨天:体育館)※2	4,700円		7 14 21 28	7 14 28
6	太極拳	水	10:00～11:30	柄沢 秀子	一般	9号館-502	6,500円	11 18 25	1 8 15 22	1 8 15
7	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	9号館-502	3,600円	11	1 8 22	1 15 22
8	初めてのヨガA	水	17:10～18:10	森山 和美	一般	9号館-502	4,900円	11 18 25	1 8 15 22	1 8 15
9	基本のヨガA	水	18:20～19:20	森山 和美	一般	9号館-502	4,900円	11 18 25	1 8 15 22	1 8 15
10	HIP・HOP(一般)	木	11:00～12:00	KIKU	一般	9号館-202	4,900円	5 19 26	2 9 16	2 9 16 23
11	基本のヨガ ステップアップ	木	12:30～13:30	二階堂 敦子	一般	9号館-502	4,900円	5 19	2 9 16	2 9 16 23 30
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・女性	9号館-502	4,900円	5 19	2 9 16	2 9 16 23 30
13	「できる」のはたのしい! 体を動かすことが苦手なこどもの運動教室【大学】	木	15:30～16:30	勝嶋 雅之 齋藤 一実	年少～年長	9号館-502	3,100円	5 19	2 16	2 16
14	子どものアトリエ(子どもの絵画・工作教室)【Aクラス】	木	16:30～18:30	小森 精一	小学生～高校生	9号館-204	8,000円	5 26	9	2 16
	子どものアトリエ(子どもの絵画・工作教室)【Bクラス】	木	16:30～18:30				8,000円	19	2 16	9 23
15	スラックライン	木	15:50～16:50	我妻 吉信	小学生～一般	10号館-101	3,100円	5 19	2 16	2 16
16	基本のヨガB	木	16:50～17:50	三田 芳江	一般	9号館-502	4,900円	5 19 26	2 9 16	2 9 23 30
17	ハタヨガA	木	18:00～19:00	三田 芳江	一般	9号館-502	4,900円	5 19 26	2 9 16	2 9 23 30
18	～楽しく歌い、心が和む～ 愛唱歌(童謡から流行歌まで)※3	金	14:30～15:45	門馬 あずみ	一般	9号館-502	9,500円	20 27	3 10 17 24	3 10 17
19	キッズテニス	土	8:30～9:30	市原市テニス協会	年長～小2	テニスコート (雨天:体育館)	5,900円	7 21 28	4 18 25	4 18 25
20	Jr.テニス	土	9:35～11:05	市原市テニス協会	小3～小6	テニスコート (雨天:体育館)	5,900円	7 21 28	4 18 25	4 18 25
21	テニス	土	11:10～12:40	市原市テニス協会	一般	テニスコート (雨天:体育館)	5,900円	7 21 28	4 18 25	4 18 25
22	親子で楽しむ体づくり教室【大学】	土	13:00～14:00	健康医療スポーツ学部 学生	年中～小学生	体育館	4,500円	7 21 28	4 18 25	4 18 25

【大学】帝京平成大学教職員・学生指導プログラム

- ※1 Jr. クライミング教室は落下防止の為、保護者の補助が参加必須条件となります。  
 ※2 雨天時は体育館で実施いたします。室内履きを必ず持参してください。  
 ※3 飛沫防止のため、マスク(不織布)・フェイスシールドの着用を必須といたします。

## 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)

帝京平成スポーツアカデミーホームページ



振替情報はこちらでご確認ください。

# 2022年度 第4クール プログラムカレンダー

新規・追加 受付期間：12月1日（木）～2月24日（金）

ちはら台キャンパス会場

No.	プログラム名	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
23	ラージボール卓球	火	10:00~11:30	西沢 マサ子	シニア	体育館	6,500円	10 17 24 31	7 14 21 28	7 14
24	エアロビクス	水	11:00~12:00	稲村 恵美子	一般	体育館	4,900円	11 18 25	1 8 15 22	1 8 15
25	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 あずみ	一般・女性	体育館	4,900円	11 18 25	1 8 15 22	1 8 15
26	Jr.バスケットボールA【大学】	水	16:30~17:30	小林 洋彦 守屋 正道	小学生 初級	体育館	6,500円	11 18 25	1 8 15 22	1 8 15
27	初めてのHIP・HOP	水	17:00~18:00	KIKU	小2~小6 超初級~初級	ダンスホール	4,900円	11 18 25	1 8 15 22	1 8 15
28	Jr.バスケットボールB【大学】	水	17:40~18:40	小林 洋彦 守屋 正道	小3~小6 中級	体育館	6,500円	11 18 25	1 8 15 22	1 8 15
29	初めてのヨガB	木	10:00~11:00	森山 和美	一般	体育館	4,900円	5 19 26	2 9 16	2 9 16 23
30	基本のヨガC	木	10:00~11:00	三田 芳江	一般	ダンスホール	4,900円	5 19 26	2 9 16	2 9 23 30
31	ハタヨガB	木	11:10~12:10	三田 芳江	一般	ダンスホール	4,900円	5 19 26	2 9 16	2 9 23 30
32	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	ダンスホール	4,900円	5 19 26	2 9 16	2 9 16 23
33	バレトン	木	12:40~13:40	Haruka	一般	体育館	4,900円	5 19 26	2 9 16	2 9 16 23
34	ピラティスB	木	14:00~15:00	滝本 泉	一般	体育館	4,900円	5 19 26	2 9 16	2 9 16 23
35	キッズHIP・HOP ※体験必須	木	16:00~16:50	KIKU	年中~小1	ダンスホール	4,900円	5 19 26	2 9 16	2 9 16 23
36	基本のHIP・HOP	木	17:00~18:00	KIKU	小2~小6 初級~初中級	体育館	4,900円	5 19 26	2 9 16	2 9 16 23
37	HIP・HOPステップアップ	木	18:15~19:15	KIKU	小2~中学生 初中級以上	体育館	4,900円	5 19 26	2 9 16	2 9 16 23
38	ハタヨガC	金	10:00~11:00	佐藤 美奈子	一般	体育館	4,900円	6 20 27	3 10 17 24	3 10 17
39	ボディメイクヨガ	金	11:10~12:10	佐藤 美奈子	一般	体育館	4,900円	6 20 27	3 10 17 24	3 10 17
40	ハタヨガD	金	15:40~16:40	佐藤 美奈子	一般	ダンスホール	4,900円	6 20 27	3 10 17 24	3 10 17
41	Jr.バドミントン【大学】	金	16:50~18:20	古川 他	小学生	体育館	5,900円	6 20 27	3 10 17 24	3 17
42	バドミントン【大学】	金	18:30~20:00	古川 他	一般	体育館	5,900円	6 20 27	3 10 17 24	3 17
43	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	体育館	4,500円	6 20 27	3 10 17 24	3 17

【大学】帝京平成大学教職員・学生指導プログラム

- Web・FAX・郵送いずれかの方法でお申込み下さい。ちはら台キャンパスでは受け付けていません。  
(営業日においても帝京平成大学で入学試験実施日は、休業となります。詳細は帝京平成大学ホームページをご覧ください。)
- 申し込みは先着順で、定員に達したプログラムは参加待ちとなります。またクール途中からの参加も可能です。(割引はありません。)
- 2023年度1クールからのプログラムの休会、退会、変更は**2023年3月10日(金)まで**が期限です。
- 天災等都合により日程を変更・中止する場合があります。**個別に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。**
- 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。
- 各プログラム1回無料で体験が可能です。体験の予約は下記電話番号までお問い合わせください。  
(定員が満員の場合、体験はできませんのでご了承ください。)

## 帝京平成スポーツアカデミー

帝京平成スポーツアカデミーホームページ

〒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)



振替情報はこちらでご確認ください。

千葉キャンパスは裏面