

2025年度 王寺やわらぎトラスト 第1期 スクール一覧及び日程表 [一般]

2025年2月1日現在  
(実施日は変更になることがあります)

スクール名	曜日	時間	回数/期	場所	対象	期別会費		実施日	
						年間一括	期別	月	日
1. 朝スッキリYOGA (講師:森前 美香)	月	9:30~10:30	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	7日・14日・21日
								5月	12日・19日・26日
								6月	2日・9日・16日
2. パウンドテニス (講師:王寺町スポーツ協会)	月	9:30~11:30	12回	王寺アリーナ (アリーナ)	一般	¥9,000- (全36回/年)	¥3,300- (全12回/期)	4月	7日・14日・21日
								5月	12日・19日・26日
								6月	2日・9日・16日
3. フラダンス (講師:畑中 比佐子)	月	10:00~11:00	12回	いずみスクエア (多目的室)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	7日・14日・21日
								5月	12日・19日・26日
								6月	2日・9日・16日
4. 若返り・エンジョイ・エクササイズ (講師:三松 恵美/本田 富美子)	月	12:15~13:15	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	7日・14日・21日
								5月	12日・19日・26日
								6月	2日・9日・16日
5. ソフトYOGA (講師:筒井 加奈子)	月	13:00~14:00	12回	いずみスクエア (多目的室)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	7日・14日・21日
								5月	12日・19日・26日
								6月	2日・9日・16日
6. 楽笑筋筋 (講師:武内 敦子)	月	13:30~14:30	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	7日・14日・21日
								5月	12日・19日・26日
								6月	2日・9日・16日
7. 初めての太極拳 (講師:前田 勲/奥出 栄)	月	13:30~15:00	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	7日・14日・21日
								5月	12日・19日・26日
								6月	2日・9日・16日
8. パワーYOGA (講師:東 久子)	月	19:00~20:00	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	7日・14日・21日
								5月	12日・19日・26日
								6月	2日・9日・16日
9. 機能改善ピラティス (講師:島田 美代子)	火	9:30~10:30	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	1日・8日・22日
								5月	13日・20日・27日
								6月	3日・10日・17日
10. 血行促進・ストレス解消エクササイズ (講師:前川 妙子/三松 恵美)	火	9:30~11:00	12回	いずみスクエア (体育館)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	1日・8日・15日
								5月	13日・20日・27日
								6月	3日・10日・17日
11. 元気をつくるシニア健康体操 (講師:山咲 陽子)	火	10:00~11:15	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	60歳以上	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	1日・8日・15日
								5月	13日・20日・27日
								6月	3日・10日・17日
12. ZUMBA® (講師:とだ さおり)	火	11:00~12:00	8回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	一般	¥12,000- (全24回/年)	¥4,300- (全8回/期)	4月	1日・15日
								5月	6日・20日
								6月	3日・17日
13. スポーツ吹矢 (講師:王寺町スポーツ協会)	火	13:30~15:30	12回	いずみスクエア (体育館)	一般	¥9,000- (全36回/年)	¥3,300- (全12回/期)	4月	1日・8日・22日
								5月	13日・20日・27日
								6月	3日・10日・17日
14. 楽しく動こう健康体操 (講師:秦 法子)	水	10:00~11:15	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般女性	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	2日・9日・16日
								5月	7日・14日・21日
								6月	4日・11日・18日
15. フォークダンス (講師:義田 美根子)	水	13:15~15:30	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	9日・16日・23日
								5月	7日・14日・21日
								6月	4日・11日・18日
16. 整体YOGA (講師:小川 忍)	水	19:00~20:00	12回	いずみスクエア (多目的室)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	2日・9日・16日
								5月	7日・14日・21日
								6月	4日・11日・18日
17. ヒップホップダンス (講師:COM)	水	20:00~21:00	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	小学1年生以上 (大人も可)	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	2日・9日・16日
								5月	7日・14日・21日
								6月	4日・11日・18日
18. ロコモ予防 YOGA (講師:高松 弥生)	木	9:20~10:20	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	3日・10日・17日
								5月	8日・15日・22日
								6月	5日・12日・19日
19. 介護予防トリム体操 (講師:奈良トリム体操研究会)	木	9:30~11:00	12回	いずみスクエア (体育館)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	3日・10日・17日
								5月	8日・15日・22日
								6月	5日・12日・19日
20. ラージボール卓球 (講師:坂田 正義)	木	10:00~11:30	12回	王寺アリーナ (アリーナ)	一般 (80歳迄)	¥9,000- (全36回/年)	¥3,300- (全12回/期)	4月	3日・10日・17日
								5月	8日・15日・22日
								6月	5日・12日・19日
21. 健康UP YOGA (講師:鈴木 なぎさ)	木	10:35~11:35	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	3日・10日・17日
								5月	8日・15日・22日
								6月	5日・12日・19日
22. 太極拳(カンフーフィットネス) (講師:永井 三千代)	木	13:00~14:30	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	3日・10日・24日
								5月	8日・15日・22日
								6月	5日・12日・26日
23. ヒザにやさしいエクササイズ (講師:川井 朱美)	木	13:30~14:30	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	一般女性	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	3日・10日・24日
								5月	8日・15日・22日
								6月	5日・12日・19日・26日
24. 自彊術 (講師:本田 博子)	木	15:30~16:45	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	10日・17日
								5月	3日・10日・17日
								6月	8日・15日・22日
25. リフレッシュ・エクササイズ (講師:川井 朱美)	金	9:30~10:45	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	一般女性	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	4日・11日・25日
								5月	9日・16日・30日
								6月	6日・13日・20日・27日
26. 腰痛・肩こり予防ミラクル体操 (講師:山咲 陽子)	金	9:30~11:00	12回	いずみスクエア (体育館)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	11日・25日
								5月	4日・11日・18日
								6月	9日・16日・23日
27. ママの疲れをほぐす簡単ストレッチ教室 (講師:ママ専門運動コーチ*あき)	金	10:00~11:00	8回	いずみスクエア (プレイロット)	未就学児のママ (未就学児同伴可)	¥12,000- (全24回/年)	¥4,300- (全8回/期)	4月	4日・11日
								5月	9日・23日
								6月	6日・20日
28. ソフトYOGA II (講師:白井 琴絵)	金	13:00~14:00	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	4日・11日・18日
								5月	9日・16日・23日
								6月	6日・13日・20日
29. 整体YOGA II (講師:小川 忍)	金	19:00~20:00	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	一般	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	4日・11日・18日
								5月	9日・16日・23日
								6月	6日・13日・20日
30. いきいき健康コース 卓球 (自主活動となります)	木	16:00~18:00	12回	南義務 (太子・小体育館)	一般	年会費のみ	年会費のみ	4月	3日・10日・17日
								5月	8日・15日・22日
								6月	5日・12日・19日
31. AGE65 卓球 (講師:AEG65内ボランティア指導者)	火	9:00~12:00	24回	王寺アリーナ (アリーナ)	王寺町在住の65歳以上 の方に限ります	年会費のみ	年会費のみ	4月	1日・8日・15日・22日
								5月	6日・13日・20日・27日
								6月	3日・10日・17日・24日
	木	13:00~16:00	王寺アリーナ (アリーナ)	4月		8日・15日・22日・29日			
				5月		10日・24日			
				6月		8日・22日			
32. AGE65 グラウンドゴルフ (講師:AEG65内ボランティア指導者)	金	13:30~16:00	7回	畠田公園グラウンド	年会費のみ	年会費のみ	4月	3日・17日	
							5月	11日・25日	
							6月	9日・23日	
								7月	13日・27日

参加申込者が5名を下回る場合はそのクラスの開講を見合わせる場合があります。予めご了承ください。  
王寺やわらぎトラスト事務局 電話:070-5432-3739 ホームページ: <http://www.y-trust.org/>

E-mail: yawaragi.trust@gmail.com

2025年度 王寺やわらぎトラスト 第1期 スクール一覧及び日程表 [こども]

2025年2月1日現在  
(実施日は変更になることがあります)

スクール名	曜日	時間	回数 /期	場所	対象	期別会費		実施日	
						年間一括	期別	月	日
1. ベビーマッサージ教室 (講師:まほ)	月	10:00~10:30	8回	いずみスクエア (プレイロット)	0歳2ヶ月~2歳未満と保護者	¥12,000- (全24回/年)	¥4,300- (全8回/期)	4月	14日・21日
								5月	12日・19日
								6月	9日・23日
								7月	7日・14日
2. 親子リトミック (講師:山崎 祥弥香)	月	11:00~12:00	12回	王寺アリーナ (アリーナ)	1~3歳と保護者	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	7日・14日・21日
								5月	12日・19日・26日
								6月	2日・9日・16日
								7月	7日・14日・28日
3. Kidsにこにこ運動教室 (講師:(一社)リトルバイン総合型地域スポーツクラブ)	月	16:00~17:00	12回	いずみスクエア (体育館)	年中・年長	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	14日・21日・28日
								5月	12日・19日・26日
								6月	2日・9日・16日・23日
								7月	7日・14日
4. 王寺体育あそび教室 (講師:(一社)リトルバイン総合型地域スポーツクラブ)	月	17:10~18:10	12回	いずみスクエア (体育館)	小学1~6年生	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	14日・21日・28日
								5月	12日・19日・26日
								6月	2日・9日・16日・23日
								7月	7日・14日
5. Jr.テニス教室 (講師:中川 雪美)	月	18:30~19:30	12回	いずみスクエア (体育館)	小学1~6年生	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	7日・14日・21日
								5月	12日・19日・26日
								6月	2日・9日・16日
								7月	7日・14日・28日
6. Jr.バレーボール (講師:盛田 順也)	火	17:30~19:00	12回	王寺アリーナ (アリーナ)	小学1~6年生	¥9,000- (全36回/年)	¥3,300- (全12回/期)	4月	1日・8日・22日
								5月	13日・20日・27日
								6月	3日・10日・17日
								7月	1日・8日・15日
7. ボールあそび教室 “奈良教育大学バルシューレ” (講師:NPO法人バルシューレジャパン)	水	16:00~17:30	12回	王寺アリーナ (アリーナ)	小学1~4年生	¥9,000- (全36回/年)	¥3,300- (全12回/期)	4月	16日・23日・30日
								5月	7日・21日・28日
								6月	4日・11日・18日
								7月	9日・16日・23日
8. Kidsフットサル (講師:井上 喜代志)	水	16:30~17:30	12回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	年中~小学2年生	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	2日・9日・16日
								5月	7日・14日・21日
								6月	4日・11日・18日
								7月	2日・9日・16日
9. Jr卓球 (講師:坂田 正義)	水	16:30~18:00	12回	王寺アリーナ (アリーナ)	小学1~6年生	¥9,000- (全36回/年)	¥3,300- (全12回/期)	4月	2日・9日・16日
								5月	7日・14日・21日
								6月	4日・11日・18日
								7月	2日・9日・16日
10. ケイキフラダンス (講師:田井 亜弥子)	水	17:20~18:00	8回	いずみスクエア (多目的室)	年中~小学6年生	¥12,000- (全24回/年)	¥4,300- (全8回/期)	4月	9日・23日
								5月	14日・28日
								6月	4日・18日
								7月	9日・23日
11. ヒップホップダンス (講師:COM)	水	20:00~21:00	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	小学1年生以上 (大人も可)	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	2日・9日・16日
								5月	7日・14日・21日
								6月	4日・11日・18日
								7月	2日・9日・16日
12. Jrバドミントン (講師:王寺町スポーツ協会)	金	18:00~19:00	12回	王寺アリーナ (アリーナ)	小学1~6年生	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	4日・11日・18日
								5月	9日・16日・23日
								6月	6日・13日・20日
								7月	4日・11日・18日
13. Jrバスケットボール (講師:王寺町スポーツ協会)	金	19:00~21:00	12回以上	南義務 (太子・大体育館)	小学1~6年生	¥9,000- (全36回以上/年)	¥3,300- (全12回以上/期)	4月	4日・11日・18日・25日
								5月	2日・9日・16日・23日・30日
								6月	6日・13日・20日・27日
								7月	4日・11日・18日・25日
14. トータルスポーツ “卓球・ソフトバレー・バルシューレなど” (講師:NPO法人バルシューレジャパン)	土	9:30~11:30	8回	王寺アリーナ (アリーナ全面及び 3階卓球場)	小学1~6年生	¥7,200- (全24回/年)	¥2,700- (全8回/期)	4月	19日・26日
								5月	10日・24日
								6月	7日・21日
								7月	5日・19日
15. チアダンス! (講師:AYANO)	土	9:55~10:55	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	小学1~6年生	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	12日・19日・26日
								5月	10日・17日・24日
								6月	7日・14日・21日
								7月	5日・12日・19日
16. フリースタイルキッズダンス (講師:AYANO)	土	11:00~12:00	12回	王寺アリーナ (いきいき健康ルーム)	小学1~中学2年生	¥18,000- (全36回/年)	¥6,300- (全12回/期)	4月	12日・19日・26日
								5月	10日・17日・24日
								6月	7日・14日・21日
								7月	5日・12日・19日
17. Kidsイングリッシュ・アクション (講師:ファウラー・ジョン)	土	10:00~10:45	6回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	年少~年長	¥9,000- (全18回/年)	¥3,300- (全6回/期)	4月	12日・26日
								5月	17日
								6月	7日・21日
								7月	12日
18. Jrイングリッシュ・コネクション (講師:ファウラー・佳奈子)	土	10:00~10:45	6回	王寺アリーナ (会議室)	小学1~4年生	¥9,000- (全18回/年)	¥3,300- (全6回/期)	4月	12日・26日
								5月	17日
								6月	7日・21日
								7月	12日
19. Jr剣道 (講師:王寺町スポーツ協会)	土	18:30~20:00	10回	王寺アリーナ (サブアリーナ)	小学1~6年生	¥4,300- (全10回/期)	¥4,300- (全10回/期)	4月	12日・19日・26日
								5月	10日・24日
								6月	7日・14日・21日
								7月	5日・19日
20. 楽しくおどろう! はじめてのパレエ (講師:ジュエリーパレエ)	日	9:30~10:00	8回	いずみスクエア (多目的室)	3~5歳 (保護者同伴可)	¥12,000- (全24回/年)	¥4,300- (全8回/期)	4月	13日・27日
								5月	11日・25日
								6月	8日・22日
								7月	13日・27日
21. Jr陸上 (講師:王寺町スポーツ協会)	日	14:00~16:00	12回以上	南義務 (太子・大体育館もしくは 畠田公園)	小学1~6年生	¥9,000- (全36回以上/年)	¥3,300- (全12回以上/期)	4月	6日・13日・20日・27日
								5月	11日・18日・25日
								6月	1日・8日・15日・22日・29日
								7月	13日・20日・27日

参加申込者が5名を下回る場合はそのクラスの開講を見合わせる場合があります。予めご了承ください。

王寺やわらぎトラスト事務局 電話:070-5432-3739 ホームページ: <http://www.y-trust.org/>

E-mail: yawaragi.trust@gmail.com