

# 愛知県武道館 教室のご案内



10月15日  
受付スタート  
電話で受付

[第2期] 2026年1月~3月

☎ (052) 654-8541

## 【火曜日の教室】

### 健康太極拳教室



開催日 1 / 20・27  
(全8回)  
2 / 10・17  
3 / 3・10・17・24  
開催時間 9:40 ~ 11:10 定員 20名  
参加料 一般 6,000円(税込)  
申込受付 10月15日(水) 9時30分~

### かんたんのびのび ストレッチ



開催日 1 / 20・27  
(全8回)  
2 / 10・17  
3 / 3・10・17・24  
開催時間 11:25 ~ 12:25 定員 20名  
参加料 一般 6,000円(税込)  
申込受付 10月15日(水) 10時30分~

### やさしいバレトン



開催日 1 / 20・27  
(全8回)  
2 / 10・17  
3 / 3・10・17・24  
開催時間 19:00 ~ 20:00 定員 15名  
参加料 一般 6,000円(税込)  
申込受付 10月15日(水) 11時30分~

## 【水曜日の教室】

### はじめてのヨーガ



開催日 1 / 21・28  
(全8回)  
2 / 18・25  
3 / 4・11・18・25  
開催時間 9:45 ~ 11:05 定員 20名  
参加料 一般 6,000円(税込)  
申込受付 10月15日(水) 9時30分~

### ピラティス教室



開催日 1 / 21・28  
(全8回)  
2 / 18・25  
3 / 4・11・18・25  
開催時間 11:15 ~ 12:15 定員 20名  
参加料 一般 6,000円(税込)  
申込受付 10月15日(水) 9時30分~

### タイ式ヨガ ~ルーシーダットン~



開催日 1 / 21・28  
(全8回)  
2 / 18・25  
3 / 4・11・18・25  
開催時間 19:00 ~ 20:00 定員 15名  
参加料 一般 6,000円(税込)  
申込受付 10月15日(水) 11時30分~



生まれ変わった武道館で  
ウキウキ！ ワクワク！

※ 繰りで参加される方を優先しますので、募集人数は多少変更となります。 教室の日程は、変更または中止となる場合があります。

## 【木曜日の教室】

バランスボールを使った!  
体幹健康ストレッチ



開催日 1 / 22・29  
木曜日 2 / 12・19・26  
(全8回) 3 / 5・12・19  
開催時間 10:00～11:30 定員 20名  
参加料 一般 5,200円(税込)  
申込受付 10月15日(水) 9時30分～

## ゆったりピラティス



開催日 1 / 22・29  
木曜日 2 / 12・19・26  
(全8回) 3 / 5・12・19  
開催時間 19:30～20:30 定員 15名  
参加料 一般 6,000円(税込)  
申込受付 10月15日(水) 10時30分～

## 【土曜日の教室】

### レスリング



開催日 1 / 17・24  
土曜日 2 / 14・21・28  
(全8回) 3 / 7・21・28  
開催時間 17:30～19:30 定員 50名  
参加料 アカデミー未所属 4,000円(税込)  
申込受付 10月15日(水) 10時00分～

## 【金曜日の教室】

### はつらつ健康体操



開催日 1 / 23・30  
金曜日 2 / 13・20・27  
(全7回) 3 / 13・27  
開催時間 9:50～10:50 定員 30名  
参加料 一般 4,550円(税込)  
申込受付 10月15日(水) 10時30分～



來  
き  
れ  
い  
に  
甦  
つ  
た  
新  
舞  
台  
心  
も  
身  
体  
も  
心  
地  
い  
い  
ね  
え  
た、見  
た、触  
れた！