

みはまスポーツクラブ 2023年度事業計画書（案）

No.	教室名	曜日	日 程			定員	募集 総人数	参加 総人数	時 間		場 所	講 師	
			期	日 付	回数				時間帯	時間数		講 師	講師情報
1	50歳からの筋トレ教室	火	1	4/4, 11, 18, 25, 5/2, 9, 16, 23, 30, 6/6, 13, 20, 27, 7/4, 11, 8/1, 8	17	30	510	10:30 ～ 11:30	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	伊藤 雅介	日本福祉大学 トレーナー	
			2		14	30	420						
			3		9	30	270						
2	体の硬い人のための ヨガ	火	1	4/4, 11, 18, 25, 5/2, 9, 16, 23, 30, 6/6, 13, 20, 27, 7/4, 11, 25, 8/1, 8	18	16	288	19:00 ～ 20:00	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室	新美 成果	ヨガ インストラクター	
			2		14	16	224						
			3		9	16	144						
3	巡りのヨガ	火	1	4/4, 11, 18, 25, 5/2, 9, 16, 23, 30, 6/6, 13, 20, 27, 7/4, 11, 25, 8/1, 8	18	16	288	20:10 ～ 21:10	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室	新美 成果	ヨガ インストラクター	
			2		14	16	224						
			3		9	16	144						
4	おはようストレッチ	水	1	4/12, 19, 26, 5/10, 17, 24, 31, 6/7, 14, 21, 28, 7/5, 12, 19, 8/2, 9, 16	17	16	272	10:00 ～ 10:30	30分	美浜町総合公園体育館 2階研修室	吉田 由美	健康運動 指導士	
			2		14	16	224						
			3		9	16	144						
5	ポッチャde 健康サークル	水	1	4/12, 19, 26, 5/10, 17, 24, 31, 6/7, 14, 21, 28, 7/5, 12, 19, 8/2, 9, 16	17	20	340	11:00 ～ 12:00	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ			
			2		14	20	280						
			3		9	20	180						
6	水曜日の 骨盤調整ヨガ	水	1	4/5, 12, 19, 26, 5/10, 17, 24, 31, 6/7, 14, 21, 28, 7/5, 12, 19, 8/2, 9, 16	18	30	540	13:30 ～ 14:30	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	阿部 笑美	ヨガ インストラクター	
			2		14	30	420						
			3		8	30	240						
7	心と身体を緩めるヨガ	水	1	4/5, 12, 19, 26, 5/10, 17, 24, 31, 6/7, 14, 21, 28, 7/5, 12, 19, 26, 8/2, 9	18	16	288	19:30 ～ 20:30	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室	中村 昭美	ヨガ インストラクター	
			2		14	16	224						
			3		8	16	128						
8	ノルディック ウォーキング	木	1	4/6, 20, 5/4, 6/1, 15, 29, 7/6, 20	8	20	160	9:30 ～ 10:30	60分	美浜町総合公園体育館 周辺	八代 栄子	ベーシック インストラクター	
			2		8	20	160						
			3		5	20	100						
9	ノルディック ウォーキングサークル	木	1	4/13, 27, 5/11, 25, 6/8, 22, 7/13, 27	8	20	160	9:30 ～ 11:00	90分	美浜町総合公園体育館 周辺	八代 栄子	ベーシック インストラクター	
			2		8	20	160						
			3		5	20	100						

No.	教室名	曜日	日程		定員	募集 総人数	参加 総人数	時間		場 所	講 師	
			期	日 付				回数	時間帯		時間数	講 師
10	軸トレ=ピラティス	木	1	4/6, 13, 20, 27, 5/11, 18, 25, 6/1, 8, 15, 22, 29, 7/6, 13, 20, 27, 8/3, 10	18	16	288	10:30 ~ 11:30	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室	森田 久美子	フィットネス インストラクター
			2		14	16	224					
			3		9	16	144					
11	キッズウェルネス 講座(年中)	木	1	4/6, 13, 20, 27, 5/11, 18, 25, 6/1, 8, 15, 22, 29, 7/6	13	20	260	16:15 ~ 17:15	60分	日本福祉大学リズム室	山本 秀人 石塚 文美	日本福祉大学教授 フィットネス インストラクター
			2		12	20	240					
			3		12	20	240					
12	キッズウェルネス 講座(年長)	木	1	4/6, 13, 20, 27, 5/11, 18, 25, 6/1, 8, 15, 22, 29, 7/6	13	20	260	17:30 ~ 18:30	60分	日本福祉大学リズム室	山本 秀人 石塚 文美	日本福祉大学教授 フィットネス インストラクター
			2		12	20	240					
			3		12	20	240					
13	エアロビクス	木	1	4/6, 13, 20, 27, 5/11, 18, 25, 6/1, 8, 15, 22, 29, 7/6, 13, 20, 27, 8/3, 10	18	30	540	20:00 ~ 21:00	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	吉田 由美	健康運動 指導士
			2		14	30	420					
			3		8	30	240					
14	金曜日の 骨盤調整ヨガ	金	1	4/7, 14, 21, 28, 5/5, 12, 19, 26, 6/2, 9, 16, 23, 30, 7/14, 21, 8/4, 11, 18	18	16	288	10:00 ~ 11:00	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室	阿部 笑美	ヨガ インストラクター
			2		14	16	224					
			3		8	16	128					
15	美姿勢 アンチエイジングヨガ	金	1	4/7, 14, 21, 28, 5/5, 12, 19, 26, 6/2, 9, 16, 23, 30, 7/14, 21, 8/4, 11, 18	18	16	288	11:15 ~ 12:15	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室	阿部 笑美	ヨガ インストラクター
			2		14	16	224					
			3		8	16	128					
16	シニアのための エアロビクス	金	1	4/7, 14, 21, 28, 5/5, 12, 19, 26, 6/2, 9, 16, 23, 30, 7/7, 14, 8/4, 11, 18	18	20	360	14:00 ~ 15:00	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	吉田 由美	健康運動 指導士
			2		14	20	280					
			3		8	20	160					
17	ズンパ@ゴールド	土	1	4/8, 15, 22, 29, 5/6, 13, 20, 27, 6/3, 10, 17, 24, 7/1, 15, 8/5, 12	16	20	320	10:30 ~ 11:30	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	椋本 敬子	フィットネス インストラクター
			2		14	20	280					
			3		8	20	160					
18	65歳からの 筋力アップ教室	火	1	4/25, 5/2, 9, 16, 23, 30, 6/13, 20, 27, 7/4, 11, 18	12	25	300	13:30 ~ 14:30	60分	美浜町保健センター	八代 栄子	みはま介護予防 リーダー
			2		12	25	300					
			3		6	20	120					

No.	教室名	曜日	日 程			定員	募集 総人数	参加 総人数	時 間		場 所	講 師	
			期	日 付	回数				時間帯	時間数		講 師	講師情報
19	ジュニア体操スクール	水	1	4/12, 19, 26, 5/10, 17, 24, 31, 6/7, 14, 21, 28, 7/5	12	20	240	17:00 ~ 18:00	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	松澤 光展	健康運動 指導士	
			2		12	20	240						
			3		8	20	160						
20	ジュニア体操スクール	金	1	4/7, 14, 21, 28, 5/12, 19, 26, 6/2, 9, 16, 23, 30	12	20	240	17:00 ~ 18:00	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	松澤 光展	健康運動 指導士	
			2		12	20	240						
			3		8	20	160						
21	美浜 ランニングスクール	月	1	4/17, 24, 5/1, 8, 15, 22, 29, 6/5, 12, 19	10	50	500	18:00 ~ 19:00	60分	日本福祉大学 陸上フィールド又は SALTO	三井 利仁	日本福祉大学教授 陸上部	
			2		10	50	500						
			3		6	50	300						
22	スナッグ ゴルフ教室	土	1	4/22, 29, 5/6, 13, 20, 27, 6/3, 10	8	20	160	14:00 ~ 15:30	90分	新南愛知 カントリークラブ	山根 真紀	日本福祉大学教授 ゴルフ部	
			2		8	20	160						
			3		8	20	160						
23	かけっこスクール	水	2		4	20	80			美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	松澤 光展	かけっこ アドバイザー	
24	にっぶく テニススクール	日	2		1	35	35				安藤佳代子	日本福祉大学 テニス部	
25	フィールドワーク にっぶくはつらつ教室	土	2		8	30	240			日本福祉大学 SALTO	山根 真紀	日本福祉大学教授	
26	フィールドワーク 大学生と遊ぼう 子どもスポーツ 体験ラボ	木	2		8	20	160			日本福祉大学 SALTO	住田 健	日本福祉大学	
合計					802		17,103	0					