

みはまスポーツクラブ 2025年度事業計画書

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
1	50歳からの 筋トレ教室	火	1	4/8, 15, 22, 29, 5/13, 20, 27, 6/3, 10, 17, 24	11	30	330	10:30 ～ 11:30	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ 図書館2階研修室	伊藤 雅介	日本福祉大学 トレーナー
			2		20	30	600					
			3		10	30	300					
2	65歳からの 筋トレ教室	火	1	4/8, 15, 22, 29, 5/6, 13, 20, 27, 6/3, 10, 17, 24	12	25	300	13:30 ～ 14:30	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ 図書館2階研修室	八代 栄子	みはま 介護予防リーダー
			2		20	25	500					
			3		10	25	250					
3	身体リセットヨガ	火	1	4/8, 15, 22, 29, 5/13, 20, 27, 6/3, 10, 17, 24	11	25	275	19:00 ～ 20:00	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ 観光センター	渡邊 有美子	ヨガ インストラクター
			2		25	25	625					
			3		10	25	250					
4	代謝アップヨガ	火	1	4/8, 15, 22, 29, 5/13, 20, 27, 6/3, 10, 17, 24	11	25	275	20:10 ～ 21:10	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ 観光センター	渡邊 有美子	ヨガ インストラクター
			2		25	25	625					
			3		10	25	250					
5	おはよう ストレッチ	水	1	4/2, 9, 16, 23, 30, 5/14, 21, 28, 6/4, 11, 18, 25	12	16	192	10:00 ～ 10:30	30分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ 奥田公民館	吉田 由美	健康運動 指導士
			2		20	16	320					
			3		8	16	128					
6	ポッチャde 健康サークル	水	1	4/2, 9, 16, 23, 30, 5/14, 21, 28, 6/4, 11, 18, 25	12	20	240	11:00 ～ 12:00 (11:30 ～ 12:30)	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ 日本福祉大学		
			2		20	20	400					
			3		8	20	160					
7	午後の リラックスヨガ	水	1	4/9, 16, 23, 30, 5/14, 21, 28, 6/4, 11, 18, 25	11	30	330	13:30 ～ 14:30	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ 保健センター3階	片岡 奈穂	ヨガ インストラクター
			2		25	30	750					
			3		10	30	300					
8	心と身体を 緩めるヨガ	水	1	4/2, 9, 16, 23, 30, 5/14, 21, 28, 6/11, 18, 25	11	25	275	19:30 ～ 20:30	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ 布土公民館	中村 昭美	ヨガ インストラクター
			2		25	25	625					
			3		10	25	250					

みはまスポーツクラブ 2025年度事業計画書

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
9	ノルディック ウォーキング	木	1	4/3, 17, 5/1, 15, 6/5, 19, 7/3, 17	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					
10	ノルディック ウォーキング サークル	木	1	4/10, 24, 5/8, 22, 6/12, 26, 7/10, 24	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					
11	軸トレ ピラティス①	木	1	4/3, 10, 17, 24, 5/1, 8, 15, 29, 6/12, 19, 26	13	16	208	10:00 ~ 11:00	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室 保健センター3階	森田 久美子	フィットネス インストラクター
			2		25	16	400					
			3		10	16	160					
12	軸トレ ピラティス②	木	1	4/3, 10, 17, 24, 5/1, 8, 15, 29, 6/12, 19, 26	13	16	208	11:15 ~ 12:15	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室 保健センター3階	森田 久美子	フィットネス インストラクター
			2		25	16	400					
			3		10	16	160					
13	ピラティス	木	1	4/3, 10, 17, 24, 5/1, 8, 15, 29, 6/12, 19, 26	12	18	216	19:30 ~ 20:30	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室 布土公民館	森田 久美子	フィットネス インストラクター
			2		25	18	450					
			3		10	18	180					
14	キッズウェルネス 講座（年中）	木	1	4/3, 10, 17, 24, 5/1, 8, 15, 22, 29, 6/12, 19, 26	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					
15	キッズウェルネス 講座（年長）	木	1	4/3, 10, 17, 24, 5/1, 8, 15, 22, 29, 6/12, 19, 26	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					
16	ZUMBA® 木曜の夜①	木	1	4/3, 10, 17, 24, 5/1, 8, 15, 29, 6/12, 19, 26	11	40	440	20:00 ~ 21:00 (19:30~ 20:20)	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ 奥田公民館	TAKAKO	フィットネス インストラクター
			2		25	20	500					
			3		10	20	200					

みはまスポーツクラブ 2025年度事業計画書

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
17	ZUMBA® 木曜の夜②	木	1				0		20:30 ~ 21:20	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ 奥田公民館	TAKAKO	フィットネス インストラクター
			2		25	20	500						
			3		10	20	200						
18	骨盤リセットヨガ	金	1	4/4, 11, 18, 25, 5/2, 9, 16, 23, 30, 6/13, 20, 27	12	16	192		10:00 ~ 11:00	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室 奥田公民館	渡邊 有美子	ヨガ インストラクター
			2		25	16	400						
			3		10	16	160						
19	姿勢改善ヨガ	金	1	4/4, 11, 18, 25, 5/2, 9, 16, 23, 30, 6/13, 20, 27	12	16	192		11:15 ~ 12:15	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室 奥田公民館	渡邊 有美子	ヨガ インストラクター
			2		25	16	400						
			3		10	16	160						
20	シニアのための エアロビクス	金	1	4/12, 19, 26, 5/10, 17, 24, 31, 6/7, 14, 21, 28, 7/5, 12, 26, 8/2, 9	11	25	275		14:00 ~ 14:50	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ 保健センター3階	吉田 由美	健康運動 指導士
			2		25	25	625						
			3		9	25	225						
21	ズンバ® ゴールド	土	1	4/6, 13, 20, 27, 5/4, 11, 18, 6/1, 8, 22, 29, 7/6, 13, 8/3, 10, 17	11	20	220		10:30 ~ 11:15	45分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ 観光センター	TAKAKO	フィットネス インストラクター
			2		25	20	500						
			3		10	20	200						
22	ZUMBA®	土	1	4/6, 13, 20, 27, 5/4, 11, 18, 6/1, 8, 22, 29, 7/6, 13, 8/3, 10, 17	11	30	330		11:30 ~ 12:15	45分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ 観光センター	TAKAKO	フィットネス インストラクター
			2		25	30	750						
			3		10	30	300						
23	ジュニア体育 スクール	水	1	4/3, 10, 17, 24, 5/8, 15, 22, 29, 6/5, 12, 19, 7/3	10	20	200		17:00 ~ 18:00	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ 旧南部小学校体育館	松澤 光展	健康運動 指導士
			2		12	20	240						
			3		10	20	200						
24	ジュニア体育 スクール	金	1	4/5, 12, 19, 26, 5/10, 17, 24, 31, 6/7, 14, 21, 28	10	20	200		17:00 ~ 18:00	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ 旧南部小学校体育館	松澤 光展	健康運動 指導士
			2		12	20	240						
			3		10	20	200						

みはまスポーツクラブ 2025年度事業計画書

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
25	スナッグ ゴルフ教室	土	1	4/27, 5/11, 18, 25, 6/1, 8, 15, 22	8	20	160	13:30 ~ 15:00	40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					
26	放課後運動教室①	火	1	4/27, 5/11, 18, 25, 6/1, 8, 15, 22	12	30	360	17:00 ~ 17:40	40分	美浜運動公園 陸上競技場	飯塚 裕也	みらい株式会社 スポーツトレーナー
			2		12	30	360					
			3		9	30	270					
27	放課後運動教室②	火	1	4/27, 5/11, 18, 25, 6/1, 8, 15, 22	12	30	360	17:50 ~ 18:30	40分	美浜運動公園 陸上競技場	飯塚 裕也	みらい株式会社 スポーツトレーナー
			2		12	30	360					
			3		9	30	270					
28	かけっこ スクール金	金	2		4	30	120	17:00 ~ 18:00	60分	旧南部小学校体育館	松澤 光展	健康運動 指導士
29	逆上がりマスター 講座	水	2		4	10	40	17:00 ~ 18:00	60分	旧南部小学校体育館	松澤 光展	健康運動 指導士
30	チア ダンススクール	火	2		10	15	150				山下 舞	プロ チアリーダー
31	にっぶく テニススクール	日	2		2	30	60			日本福祉大学 テニスコート	安藤佳代子	日本福祉大学 テニス部
32	にっぶくはつらつ 教室	土	2		8	30	240	11:00 ~ 12:30	90分	日本福祉大学 SALTO	山根 真紀	日本福祉大学教授
33	子どもスポーツ 体験ラボ	木	2		9	20	180	17:15 ~ 18:15	60分	日本福祉大学 SALTO	住田 健	日本福祉大学
合計					1,109		24,551					