

さあ！東広島運動公園ではじめよう！

# スポーツ&カルチャーアカデミー

2025年度  
第2期 教室案内  
保存版

2025年4月4日(金)～2026年3月21日(土)、体育館改修工事のため、2025年度のスポーツ&カルチャーアカデミーの教室は陸上競技場で開催いたします。定員が残りわずかの教室もありますので、お早めにお申し込みください。

今年度も開催される教室は全部で17教室！

※裏面にも教室案内が続きます。どうぞ併せてご覧ください。  
※2人目割引がある教室は、①②③でまたがっても割引適用です。

| 曜日 | 時間                  | 教室名                             | 定員  | 日程                                      | 教室内容                                                                                                                         | 〇月会費の教室<br>●期間会費の教室                                                           | ※会費等はすべて<br>消費税を含みます。 | 教室イメージ                                                                                |
|----|---------------------|---------------------------------|-----|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 月  | 16:30<br>～<br>17:30 | 幼児～中学生<br><b>硬筆教室①</b>          | 15名 | 7/7・14・28<br>8/4・18・25<br>9/1・8・22      | ひらがなから文字の基本を学びます。繰り返し練習しながら、集中力や文字を丁寧に書く習慣も身につけていきます。段級位の認定もあり、上達が形となって励みにもなり、継続できます。幼児と小学生は【2B鉛筆・消しゴム】、中学生は【ボールペン】をご持参ください。 | 〇入会金 : 4,000円<br>〇月会費 : 3,000円 →兄弟割引で2人目<br>〇活動場所 : 陸上競技場<br>〇講師 : 池本 桂水先生    | 2,500円                |    |
|    | 17:45<br>～<br>18:45 | 幼児～中学生<br><b>硬筆教室②</b>          | 15名 | 7/7・14・28<br>8/4・18・25<br>9/1・8・22      |                                                                                                                              | 〇入会金 : 4,000円<br>〇月会費 : 3,000円 →兄弟割引で2人目<br>〇活動場所 : 陸上競技場<br>〇講師 : 池本 桂水先生    | 2,500円                |    |
|    | 19:00<br>～<br>20:00 | 高校生～大人の方まで<br><b>硬筆教室③</b>      | 10名 | 7/14・28<br>8/4・25<br>9/8・22             | お名前や住所など書く機会が多い文字から整えていきましょう。筆ペンを使って、のし袋などの練習もします。楽しく練習しながら、大いに生活に役立てていきましょう。ボールペン、筆ペンをご持参ください。                              | 〇入会金 : 4,000円<br>〇月会費 : 3,000円 →兄弟&親子割引で<br>〇活動場所 : 陸上競技場<br>〇講師 : 池本 桂水先生    | 2人目2,500円             |   |
| 水  | 10:00<br>～<br>12:00 | 18歳以上<br><b>季節のフラワーデザイン教室</b>   | 10名 | 7/9<br>8/20<br>9/10                     | 四季折々の季節のお花を使ってクリスマスにはリースを作ったり、お正月には和花を使ったアレンジメントに取り組んだり、一緒に様々なフラワーデザインを楽しみましょう。                                              | 〇入会金 : 2,000円<br>〇月会費 : 2,000円 ※別途お花代が1回につき<br>〇活動場所 : 陸上競技場<br>〇講師 : 石川 未央先生 | 2,000～3,000円<br>かかります |  |
|    | 13:00<br>～<br>14:00 | 18歳以上<br><b>リフレッシュピラティス</b>     | 13名 | 7/2・9・16・23<br>8/13・20・27<br>9/10・17・24 | ローラーに身を任せて、深呼吸したり、身体を伸ばしたりしていくうちに、リフレッシュして心地のいい身体になっていきます。一緒にピラティスをしていきましょうか？                                                | ●入会金 : なし<br>●期間会費 : 8,800円 (3ヶ月10回)<br>●活動場所 : 陸上競技場<br>●講師 : 一田 園子先生        |                       |  |
| 木  | 10:00<br>～<br>11:00 | 18歳以上<br><b>誰でもできるローラーピラティス</b> | 15名 | 7/3・10・17・31<br>8/7・21・28<br>9/11・18・25 | マットとフォームローラーを使うことによって適度な抵抗とサポートを手軽に体感することができます。バリエーション豊富で幅広い年齢層に実践できるエクササイズです。疲れにくい身体づくりを一緒にしていきましょう。                        | ●入会金 : なし<br>●期間会費 : 8,800円 (3ヶ月10回)<br>●活動場所 : 陸上競技場<br>●講師 : 木村 美沙子先生       |                       |  |
| 金  | 13:00<br>～<br>13:45 | 18歳以上<br><b>美姿勢のためのストレッチ</b>    | 15名 | 7/4・11・18<br>8/1・22・29<br>9/5・12・19・26  | 伸ばすだけのストレッチではなく、骨盤と肩甲骨を積極的に動かし、周辺の筋肉をほぐします。美しい姿勢で、見た目年齢を若くしましょう。                                                             | ●入会金 : なし<br>●期間会費 : 6,600円 (3ヶ月10回)<br>●活動場所 : 陸上競技場<br>●講師 : 宮田 めぐみ先生       |                       |  |
|    | 14:00<br>～<br>15:00 | 18歳以上<br><b>ZUMBA</b>           | 20名 | 7/4・11・18<br>8/1・22・29<br>9/5・12・19・26  | 世界の様々なジャンルの曲に合わせて、楽しく踊ります。ダンス技術もリズム感も不要です。仲間と笑って汗をかきましょう。                                                                    | ●入会金 : なし<br>●期間会費 : 8,800円 (3ヶ月10回)<br>●活動場所 : 陸上競技場<br>●講師 : 宮田 めぐみ先生       |                       |  |

2025年度の教室風景をご紹介します！

～ 2025年6月23日(月)より新規受付開始 ～

硬筆教室は、月曜日の夕方から開講しています。週のはじめのお稽古ですが、こどもたちも集中してがんばっています



硬筆教室①

昨年度からの新教室である季節のフラワーデザイン教室は今年度から月1回になりました。この日は「多肉植物の寄せ植え」に挑戦！



季節のフラワーデザイン教室

一人ひとりの動きが大きいキックボクシングは、定員の数を10名にまで予定より大幅に減らして、ストレスなくレッスンしています



キックボクシングEX

ピラティスの教室では色とりどりのシートを敷いた上にヨガマットを敷いて足への負担を軽減しながら快適にエクササイズ！



リフレッシュピラティス

陸上競技場トラックなどにほかに利用者の方がおらずご迷惑がからない状況であれば、見晴らしのよい雨天走路で踊ることも...



ZUMBA

こどもたちの教室も様々なアイテムを使って運動あそびにバリエーションを加えながら怪我に気をつけて工夫して活動中です



運動あそび教室②

今年度は陸上競技場の会議室で開催しているスポーツ&カルチャーアカデミー。体育館のように広いスペースではありませんが、窓から見える陸上競技場の開放感を感じながら、講師の先生方の工夫もあり、みなさん楽しく教室に参加されています。そんな教室風景をちょこっとのぞいてみました。

東広島運動公園のスポーツ&カルチャーアカデミーは、年4回の期ごとで開講します。汗をかくには最適な季節がやってきました！7月からは「第2期」がスタートです！

第1期： 4・5・6月

第2期： 7・8・9月

第3期：10・11・12月

第4期： 1・2・3月

1教室・1回限り無料体験

にご参加いただくことができます。

無料体験をご希望される場合は、事前にご希望の体験日をお電話にてご予約ください。

- 〇月会費の教室に月の途中で入会される場合も、1ヶ月分の会費となりますのでご了承ください。
- 期間会費の教室に途中入会する場合は、初めて入会の方に限り、入会時から回数分を会費とします。

季節のフラワーデザイン教室は、無料体験はありませんが、見学(要予約)ができます。

スポーツ&カルチャーアカデミー (有料)

主催：東広島スポーツパーク共同企業体  
後援：東広島市教育委員会

【お問い合わせ先】東広島運動公園

〒739-0036 東広島市西条町田口67-1  
FAX 082-425-2408

☎082-425-2525

(受付時間 9:00～20:00まで)

※2025年4月4日(金)より、総合受付カウンターはテニスクラブハウスに移設しております。