

NEW

春から始まる新教室! 無料体験会開催のお知らせです!

健康和太鼓 (水朝クラス)

全身を使って楽しく健康維持が出来る大人の和太鼓教室です。仲間と交流しながら脳トレにもつながります。和太鼓を叩くと体も心もスッキリして気分爽快です!

開催日 4/3 (水) 10:30~12:00
4/17 (水) 10:30~12:00

場所 スポーツセンター会議室

講師 NPO法人和楽器教育研究所



夕暮れヨガ (金18:30クラス)

身体がかたい方や、運動が苦手な方でも大丈夫!ストレッチポールを使って、全身をゆったりとほぐりリフレッシュ!自分の身体を知り、正しく使って整えていくやさしいヨガクラスです。

開催日 4/5 (金) 18:30~19:30
4/12 (金) 18:30~19:30
4/19 (金) 18:30~19:30

場所 文化センター

講師 スアイグループ・インストラクター



楽しく奏でる二胡教室 (入門クラス)

二胡に触れるところから、初心者の方から経験者まで。童謡や唱歌、世界の映画音楽を二胡で楽しく合奏しましょう。

開催日 4/11 (木) 10:40~11:50
4/18 (木) 10:40~11:50

場所 文化センター

楽器レンタルあり

講師 へぐり障がい者らいふ・ウエルネス協会



こつこつ貯筋体操 (木朝クラス)

椅子に座って無理なく筋肉を鍛える体操です。運動の苦手な方も大丈夫です。運動習慣はこの教室からスタートしましょう。

開催日 4/11 (木) 9:30~10:30
4/18 (木) 9:30~10:30

場所 文化センター

講師 スアイグループ・インストラクター



各教室の日程表はこちら

各教室の開催日程については、公式webサイト内の「各教室日程表」をご覧ください。

教室日程表



カメラアプリでQRコードを読み込んで下さい

まずは**体験申込!**

無料体験へのご参加、お待っています!

体験予約
気になる講座をお選び頂き、お電話かWEBで無料体験をお申込み下さい。日時が決定したら、ご予約完了です。

無料体験レッスン
無料体験では、実際に講座に参加して雰囲気を感じて頂けます。初めての方でも安心できるように、講師がしっかりとフォローします。

ご入会のお申込み
体験終了後、講座内容がお気に召しましたら、そのまま入会手続きが可能です。不明点はいつでも事務局までご相談下さい。

受講申込案内

受付はくまがしクラブ事務所窓口にて
(平群町総合スポーツセンター内・旧ウォーターパーク管理棟内事務室)

- 2024年度年間登録料 1,500円(税込1,650円)
※家族割引 2人目以降500円(税込550円)引き
- スポーツ安全保険料
- 月会費2ヶ月分
※3ヶ月目以降は口座引落
- 通帳とお届け印(月会費の方のみ)
- Tシャツ代
1,300円(税込1,430円) 印教室の方
2,500円(税込2,750円) 印教室の方

【はじめての方へ】
受講規約

夏季休講・その他の注意事項について

※7月・8月は熱中症防止の為、屋外または冷房施設のない施設での教室開催はありません(テニスのみ早朝開催あり)。6月・9月は開講を予定しておりますが、気温・湿度等により休講となる場合があります。また、町・学校行事等による施設都合・選挙期間・天候に伴う休講等により日程変更や会場変更する場合があります。どうぞご協力お願い致します。

※支援が必要なときは保護者同伴をお願いする場合がございます。あらかじめご承知おきください。

平群町スポーツ少年団
(卓球、テニス、バドミントン、サッカー、陸上、体操、和太鼓)

利用施設について

平群町総合スポーツセンター 平群町総合文化センター
平群中央公園テニスコート 平群北公園テニスコート
平群北小学校(北小)
平群小学校(平小)
平群南小学校(南小)
平群中学校(平中)

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

体験・お問い合わせはコチラ

※体験レッスンは事前予約が必要です

電話 **0745-46-3550**
【受付】火~土 9:00~16:00(月・日・祝 休み)

お申込みフォームはこちら
右記のQRコードから申込フォームにアクセスして、必要事項を入力して体験申込ください。

会員登録にはスポーツ安全保険の加入が必要です。
※年間登録料・スポーツ安全保険料は2024年4月1日~2025年3月31日まで有効。年度ごとに更新が必要。
(保険加入手続きはくまがしクラブで行います)※料金は後払いとなります。別途お知らせ致します。

【A】中学生以下800円	補償内容 A1=死亡3,000万円/入院(日額)4,000円/通院(日額)1,500円/後遺障害(最高4,500万円) B=死亡600万円/入院(日額)1,800円/通院(日額)1,000円/後遺障害(最高900万円) C=死亡2,000万円/入院(日額)4,000円/通院(日額)1,500円/後遺障害(最高3,000万円) ※身体・財物賠償合算1事故5億円。ただし身体賠償は1人1億円
【C】成人1,850円	
【B】シニア65歳以上1,200円	

〒636-0936 奈良県生駒郡平群町福貴72
平群町総合スポーツセンター
旧ウォーターパーク管理棟内事務室
0745-46-3550 Fax 0745-46-3551
受付時間 9:00~16:00(月・日・祝 除く)

教室案内

2024年
春号



お試し
初回受講
無料

平群町総合型地域スポーツクラブ 一般社団法人くまがしクラブ

総合型地域スポーツクラブは平群町内の青少年健全育成と、地域住民の生涯スポーツの推進を図るとともに、元気で健康な地域連帯感あふれる「この町に住んでよかったと思えるまちづくり」を目指します。(設立趣旨より)

(継続会員)3/17(日)23:59まで受付。
お届けの「更新(継続)のお手続き」をご覧ください。
(一般会員)3/26(火)10:00より開始(申込フォームまたは電話にて)

小学生バドミントン教室 (小1~4)

楽しく始めて試合を目指す!スキルアップしていく教室です。初心者でも安心。ラケットの持ち方など基礎からの丁寧な指導をします。バドミントンは、シャトルを追い、素早く対応して打ち返すという動作を何度も繰り返します。反射神経や動体視力、瞬発力が鍛えられます。雨天で中止になることもありません。今人気のバドミントン!楽しく始めましょう!

開催日 (金)18:00~19:00 普及
(土)10:30~11:30 普及

月会費 3,000円(税込3,300円)
※バドミントンシャトル含む

場所 (金)スポーツセンター
(土)北小体育館

講師 JSPQ公認コーチ 千々松雅生・北浦みぞれ 他

バドミントン教室 (中学生~成人)

楽しく始めたい方、もっと上達したい方、昔経験がある方など、様々なレベルの方に満足して頂けるプログラムを用意しています。生涯スポーツとしても人気の高いバドミントン。一緒に楽しみましょう!

開催日 (木)19:00~21:00 ※月3回
(土)19:00~21:00 ※月2回

月会費 (木)登録 3,900円(税込4,290円)
(土)登録 2,600円(税込2,860円)
2登録 5,000円(税込5,500円)

場所 スポーツセンター

講師 JSPQ公認コーチ 可児祐子・笹内慶子 他

小学生テニス (小1~4)

テニスを通じて運動能力(コーディネーション能力)の向上やスポーツマンシップを身につけていく。

開催日 (水)17:30~18:30
(土)11:00~12:00

月会費 1登録 5,000円(税込5,500円)
※靴代別途

場所 (水)北公園コート
(土)中央公園コート

講師 JSPQ公認コーチ・奈良県ジュニア強化コーチ 西口省三 他

硬式テニスアカデミー (小3~高校生)

テニスの試合を通じて考察力や判断力を高めながらスポーツマンシップをしっかり学ぶ。

開催日 (水)18:30~20:00
(金)18:30~20:00 ※満席

場所 北公園コート

月会費 1登録 8,000円(税込8,800円)
2登録 12,800円(税込14,080円)

講師 JSPQ公認コーチ・奈良県ジュニア強化コーチ 西口省三 他

硬式テニス教室 (高校生~成人)

身体の使い方や動き方を上級コーチがわかりやすく解説。レッスン後半はゲームも楽しめます。

★特典★
・家族間で複数利用可
・クラブコート(スクール生のみフリー)

開催日・場所 【各クラス 年間40回・定員8名】
(水)スポセンコート (金)北公園コート (土)中央公園コート (日)スポセンコート

初級 9:00~10:00 ライククラス 初級 9:00~10:00 初級 9:00~10:00
中級 10:00~11:00 20:00~21:00 中級 10:00~11:00 中級 10:00~11:00
上級 11:00~12:00 上級 11:00~12:00

月会費【登録数の上限なし】
1登録 5,500円(税込6,050円)
2登録目以降は1登録ごとに +2,750円(税込3,025円)

※満席クラス (水)初級・(土)初級・(日)中級

講師 JSPQ公認コーチ 西口省三

ガット張り教室

受講後、認定者のみガット張り機利用可(くまがし会員のみ、その他詳細別途)。

開催日 毎月 第一日曜(8月と12月は休み) 13:00~15:00

場所 くまがしクラブ事務所

参加費 2,000円(税込2,200円)※ガット付き

講師 日本ラケットストリングーズ協会 西口省三

ジュニア卓球 (小学生・中学生・高校生)

子ども達が卓球を好きになる!技術取得や礼儀作法、仲間を思いやる気持ちも大切に育成を行います。「Plus」は、試合に勝ちたい!もっと強くなりたい!レギュラーになりたい!中学生以上対象のクラスです。

開催日 (火)(木)(土)
18:00~20:00 普及・育成 普及・育成 plusとセット
20:00~20:45 Plus 1登録 2,000円(税込2,200円) 2,750円(税込3,025円)
2登録 3,000円(税込3,300円) 4,150円(税込4,565円)
3登録 4,000円(税込4,400円) 5,500円(税込6,050円)

場所 平中体育館

講師 JSPQ公認コーチ 出水良一・中国真美 plusのみ(3登録のみ) 2,100円(税込2,310円)

成人卓球 (初級・初中級)

初級クラスは、初めてラケットを持つ方も楽しく会話しながら習える教室です。
初中級クラスは、技術向上と試合出場を目指す経験者クラスです。

開催日 (水)13:00~14:30 初級
(水)14:30~16:00 初中級
(金)9:00~10:30 初級
(金)10:30~12:00 初中級

月会費 1曜目 2,970円(税込3,267円)
2曜目 3,960円(税込4,356円)

場所 (水)スポセン メインアリーナ
(金)スポセン サブアリーナ

講師 JSPQ公認コーチ 出水良一・中国真美