

ウイングアリーナ刈谷

コース型教室

第3期 (2025年10月～12月)

継続申込

【対象:2025年度第2期と同じ教室をご希望の方】

9月1日(月)9時～9月14日(日)20時

一般抽選申込

【対象:どなたでも】

9月18日(木)9時～9月21日(日)18時

大人教室・スタジオ子ども教室

- ・期間中にお電話又は直接総合受付でお申込ください
- ・先着順ではありません。お申込多数の場合はお申し込んだ方の中から抽選とさせていただきます

子どもプール教室

- ・期間中に**直接総合受付**でお申込ください
- ・先着順ではありません。お申込多数の場合はお申し込んだ方の中から抽選とさせていただきます

結果はお電話でご連絡いたします

当選された方

9月27日(土) 18時までに必ずご入金ください
入金が確認できない場合は取消とさせていただきます

一般随時申込

【対象:どなたでも】

※先着順

9月29日(月)9時～

- ・参加費を添えて窓口にてお申込ください
- ・各教室の空き状況は窓口までお問合せください

教室日程 (全10回) ※金曜日スタジオ教室以外

月	10月6、13、20、27日 11月3、24日 12月1、8、15、22日
火	10月7、14、21、28日 11月4、25日 12月2、9、16、23日
木	10月9、16、23、30日 11月6、20、27日 12月4、11、18日
	カワイ体育教室 10月2、9、16、23日 11月6、13、20日 12月4、11、18日
金	10月10、17、24、31日 11月7、21、28日 12月5、12、19日
土	10月11、18、25日 11月1、8、22、29日 12月6、13、20日

金曜日 はつらつ健康教室、ボディコンバット、骨盤エクササイズ(全10回)

金 10月10、17、24、31日 11月7、14、21、28日 12月12、19日

金曜日 HIP HOP (はじめて-5,390円 初級-6,160円 中級-6,930円/7回)
ボディバランス、ボディジャム、ボディパンプ(4,620円/7回)

金 10月10、17、31日 11月7、14、28日 12月19日

ワンタイムチケット (クラシックバレエを除く)

全日程は入れない...
どんな教室か試したい!!

【料金】(全て税込) 1回/30分⇒600円

35分⇒700円

45分⇒900円

60分⇒1,200円

こんな方におすすめの
【1回体験チケット】
あります!!

◎ワンタイムの予約は**9月29日(月)**～総合受付で承ります

◎当日教室参加前にスタッフ又はインストラクターにチケットをお渡しください

◎子ども教室は1回500円(税込)/1回限りです

～休館日のお知らせ～

【プール水抜き清掃】

【年末年始 休館日】

11月10日(月)～11月18日(火)

12月29日(月)

～2026年1月3日(土)

※プール以外の施設は営業いたします

第3期タイムスケジュール

(2025年10月6日～12月23日)

	月		火		水	木		金		土
	プール	スタジオ	プール	スタジオ		プール	スタジオ	プール	スタジオ	
9:00										
9:30										
10:00										
10:30										
11:00										
11:30										
12:00										
12:30										
13:00										
13:30										
14:00										
14:30										
15:00										
15:30										
16:00										
16:30										
17:00										
17:30										
18:00										
18:30										
19:00										
19:30										
20:00										
20:30										
21:00										

※プール教室について上記時間の前後を教室の準備・片付けの為に使用させていただきます。詳しい時間はコース端にある表示板をご確認ください。
※都合によりインストラクターを変更する場合がございます。予めご了承ください。

子ども教室

プール教室 / 全10回(テスト2回)					スタジオ教室 / 全10回				
対象	教室名	定員	曜日	時間	金額(税込)	対象	教室名	定員	曜日
水慣れ・バタ足 クロールの習得 初めてのスイミング (3歳～未就学児)	キンダー (20級～13級)	各30	月 火 水	15:15～16:15 15:45～16:45 13:00～14:00	9,900円	年少～年長 小学生～中学生 講師認定	リトル ジュニア シニア	各10	月
バタ足 クロールの習得 初めてのスイミング (小学生～)	ジュニアA (17級～12級)	各53	月 火 土	16:25～17:25 16:55～17:55 14:10～15:10		年長～小学生 小学生 小学3年生～高校生	HIP HOP (7回)	各20	金
背泳ぎ・平泳ぎ バタフライの習得 クロール25M泳げる (11歳～ベストスイマー)	ジュニアB (11級～ベストスイマー)	各53	月 火 土	17:30～18:30 18:00～19:00 11:50～12:50		年少 年中・年長 小学1年生～6年生	体育教室 幼児① 体育教室 幼児② 体育教室 児童 体育教室 小学1～6年生	10 17 15	木
			土	15:15～16:15		年長～2年生 小学3年生～	Kid'sチアダンス キッズ ガールズ	各20	火
			土	15:15～16:15					

※教室半期(後半)のお申込みもできます。
※空き教室はワントゥタイムチケット(有料)で体験もできます。
(クラシックバレエ教室は除く)

※キャンセル、返金については9月28日(日)まで。
それ以降は如何なる理由においても出来かねますのであらかじめご了承ください。
※最小催行人数に満たない場合は未開講となる場合がございます。
※欠席された場合の振替はございません。
※大人教室は高校生以上の方が対象です。



〒448-0011
愛知県刈谷市築地町荒田1番地
TEL 0566-63-6886
休館日: 水曜日(祝日の場合は営業致します)

スタジオ教室参加料金 (全て税込)

30分 4,400円/10回 35分 5,000円/10回 45分 6,600円/10回 60分 8,800円/10回

金曜日 ボディバランス、ボディジャム、ボディパンプ→45分 4,620円/7回

大人スタジオ教室 ～しっかり汗をかきたい方やカラダ作りをしたい方におすすめ～

定員各15～22名

ボディコンバット	ボディパンプ	ボディジャム	ボディバランス
強度 ★★～★★★★	強度 ★～★★★★	強度 ★★	強度 ★★
格闘技の動きを取り入れたエクササイズ 体幹を鍛え筋力やバランス機能を高め	バーベルを使って全身の主な筋肉を鍛えるワークアウト 低負荷・高回数がベースで身体を引き締めたい方におすすめ	主にダンスの動きをベースにしたプログラムです ダンスに夢中になっているうちに自然と消費カロリーアップ	心と身体、生活そのものの質を向上させるエクササイズ 音楽に合わせヨガ、ピラティス、太極拳で身体を動かしましょう
ボディアタック	レズミルズシェイプス	モーニングヨガ	リフレッシュヨガ/リラクソヨガ
強度 ★★～★★★★	強度 ★～★★	強度 ★～★★	強度 ★～★★
エアロビクス、スポーツ、アスレチック3つの要素が合わさったスーパーエクササイズ! 自分の限界に挑戦	体幹を強化し、姿勢を安定させます お腹、お尻の引き締め効果抜群です	『自分の身体と心に優しいヨガ』をこころがけています 心と身体を癒し、時には鍛え、他人と比較せずに楽しく続ける事が大切です	心と身体に溜まった疲れやコリをほどいていきましょ 心と身体を癒し、時には鍛え、他人と比較せずに楽しく続ける事が大切です
ピラティス	骨盤ケアエクササイズ	背骨コンディショニング	わくわくエアロ
強度 ★～★★	強度 ★	強度 ★	強度 ★～★★
たくさんある動きの中からリハビリの為に考案された基本的な動き[クラシックピラティス]を組み合わせ身体を動かします インナーマッスを鍛え美ボディをつくりましょう	自分の身体のクセを少しずつアプローチして正しい身体をつくりあげていきましょう 気づきがたくさんありますよ!!	背骨の歪みを整えることで身体の不調を根本から改善しましょう やさしく、効果の高い体操なので初心者の方、運動が苦手な方も安心してご参加ください	頭と身体をつかい楽しく、機能的にエクササイズします できてもできなくても身体を動かす事からはじめてみませんか!?

大人プール教室(全10回)～水の特性を生かして体力アップ・泳法を身に付けてスキルアップしたい方～

定員各15～20名

プール教室参加料金(全て税込) 30分 4,400円/10回 45分 6,600円/10回 60分 8,800円/10回

アクアビクス	ウォーキング	脂肪パイパイ	クロール・平泳ぎ
強度 ★★～★★★★	強度 ★	強度 ★★	強度 ★～★★
水の特性を生かして音楽に合わせて楽しく身体を動かします	モモを高く上げたり肩を回したり、いろいろな歩き方で水中を歩きます 関節への負担も少なく、初めての方でも安心です	ジョギングと水の抵抗を利用したトレーニング 水中で身体を動かして脂肪パイパイ!	クロール、平泳ぎの基礎(手足の動き、呼吸法など)の習得とレベルアップを目指します フォームが気になる方、楽に泳げるようにになりたい方にオススメです

大人初級・大人ビギナー初級

大人四泳法(基礎)

大人中級45

強度	強度 ★～★★	強度 ★★～★★★★
水泳の基礎となる浮き方、息の吐き方、バタ足からクロール、背泳ぎの習得を目指します 初めての方、久しぶりの方、お水が苦手な方も安心してご参加いただけます	4泳法を基礎から習得します 4泳法が泳げなくてもご受講していただけます	平泳ぎ・バタフライの習得と4泳法のさらなる技術アップを目指します 泳ぐ量も増えるのでしっかりと泳ぎたい方、体力をつけ

