

令和8年度西淀川区民会館（エルモ西淀川） 4・5・6月 講座開講スケジュール

2026. 3. 2

曜日	講座内容	時間	料金(1回あたり)	4月	5月	6月
月	ヨーガ教室(月曜クラス)	10時30分～12時	800円×月回数分	<u>6</u> ・13・20・27	<u>11</u> ・18・25	<u>1</u> ・8・15・22・29
	みんなで楽しく歌おう♪ (旧 脳トレ! 歌の会)	13時30分～14時30分	5,000円(3ヶ月分) 1,000円×月回数分	<u>13</u> ・20	<u>11</u> ・18	<u>1</u> ・15
	ストリートダンス ①幼稚園年長～小学3年生 ②小学4年生～中学2年生	①16時30分～17時30分 ②17時45分～18時45分	800円×月回数分	<u>13</u> ・20・27	<u>11</u> ・18・25	<u>1</u> ・8・22
火	養生健身気功教室	10時00分～11時30分	800円×月回数分	<u>7</u> ・14・21・28	<u>12</u> ・19・26	<u>9</u> ・16・23・30
	シャドウボックス教室	10時30分～12時30分	1,600円×月回数分	<u>28</u>	<u>19</u>	<u>23</u>
	健康ボイストレーニング	13時00分～14時30分	1,200円×月回数分	<u>7</u>	<u>12</u>	<u>2</u> ・9
	新体操キッズ教室 ①幼稚園クラス ②小学生・中学生クラス	①16時00分～16時55分 ②17時00分～17時55分	800円×月回数分	<u>7</u> ・14・21	<u>12</u> ・19・26	<u>2</u> ・16・23
水	3B体操教室(女性)	9時45分～11時15分	800円×月回数分	<u>1</u> ・8・22	<u>13</u> ・20・27	<u>3</u> ・10・17
	男性のための 3Bストレッチ体操教室	13時30分～14時30分	800円×月回数分	<u>1</u> ・8・22	<u>13</u> ・20・27	<u>3</u> ・10・17
	3Bリズム教室(子ども)	16時30分～17時30分	800円×月回数分	<u>1</u> ・8・22	<u>13</u> ・20・27	<u>3</u> ・10・17
木	リズム体操教室	10時00分～11時30分	800円×月回数分	<u>2</u> ・9・16	<u>7</u> ・14・21	<u>4</u> ・11・18
	ヨーガ教室(木曜クラス)	13時15分～14時45分	800円×月回数分	<u>2</u> ・9・16・23・30	<u>7</u> ・14・28	<u>4</u> ・11・18・25
金	リズム体操	10時00分～11時30分	800円×月回数分	<u>3</u> ・10・17	<u>8</u> ・15・22	<u>5</u> ・12・19
	ZUMBA GOLD教室	13時30分～14時30分	800円×月回数分	<u>3</u> ・10・17・24	<u>8</u> ・15・22・29	<u>5</u> ・12・19・26
	ストリートダンス (オープンクラス)	17時30分～19時00分	1,500円×月回数分	<u>10</u> ・17・24	<u>8</u> ・22・29	<u>5</u> ・12・26

※日程が急遽変更になる場合がございますのでご注意ください。

※体験に参加された後に入会された場合、2回目以降はその月の残り回数分の月謝を徴収します。

※月謝=『1回あたりの料金』×『その月に行う回数』となります。(「みんなで楽しく歌おう」は3ヶ月払い可)

※開催2時間前の段階で大阪市内に「暴風警報」「特別警報(種類は問わず)」が発令されている場合は中止します。

お問い合わせ先：西淀川区民会館 TEL(06-6471-9217)