

西体育会館【第1期】2026年4月~6月度開催

冷・暖房完備【競技場・小体育室・相談室】の施設で快適なレッスンを受講しませんか?

大人



フロア教室ご案内

2月17日㈭申込スタート! [申込要項については下記をご覧ください]

あなたに合った運動教室で代謝を高め、身体の中から健康増進を図りましょう!!

各教室で体験を随時受付けております! ■体験料: 1,500円

佐島の丘温水プール

水泳教室参加者に朗報です!!

●水泳教室受講中に西体育会館フロア教室に
参加される場合は受講費を1,500円割引いたします!
この機会にフロア教室にもチャレンジしませんか?



卓球教室

初心者大歓迎! プロの先生が親切丁寧に基礎から指導をしてくれるので、楽しく上達できます。卓球マシン練習もあります!

無料貸出ラケットもございます。
(数に限りがあります)

■定員: 各20名
■場所: 小体育室

月曜日

■4/6~6/29 (11回)
※4/20、5/4除く
■受講費: 11,000円
■時間/ 14:00~15:30

初めての方
大歓迎!

講師: 田中由紀子先生
VIRGO株式会社代表取締役
湘南横須賀卓球教室開業

木曜日 小学生以上

■4/2~6/25 (13回)
■受講費: 13,000円
■時間/ 18:00~19:30

ピラティス

インナーマッスルを鍛え、動きやすく機能的な身体づくりを行います。腰痛や肩こりの軽減が期待でき、ウエストのシェイプアップも目指します。

■定員: 15名 ■4/6~6/29 (11回) ※4/20、5/4除く
■受講費: 11,000円 ■場所: 小体育室 ■時間/ 15:40~16:40



ZUMBA

音楽を楽しみながら基本的な動きとバランス能力を養います。

フィットネス初心者やシニア向けのプログラムです。

■定員: 20名
■4/6~6/29 (11回) ※4/20、5/4除く
■受講費: 11,000円 ■場所: 小体育室
■時間/ 16:50~17:50



書道教室

月曜日

小学生~大人

子どものうちから始める上達が早いです。大人の趣味としても長く続けられるのでピッタリです。子どもから大人まで幅広く学べる書道教室です。

※筆(大筆・小筆)をご持参ください。他は準備いたします。

■定員: 12名 ■4/7~6/30 (11回) ※4/21、5/5除く
■受講費: 11,000円 ■場所: 相談室 ■時間/ 17:00~18:00



エンジョイフラダンス

金曜日

16歳以上

3ヶ月間で1曲の完成を目指します。
体を動かす趣味として楽しすぎず、
オススメの教室です。

初めての方も大歓迎です!!

■定員: 20名
■4/3~6/26 (13回)
■受講費: 13,000円
■場所: 小体育室
■時間/ 12:00~13:00



リラックスヨガ

心と体をリラックスさせることが目的のヨガです。
体幹を鍛えるためのハードな動きとは異なり、
体をゆっくり動かし、静かに負荷をかける
動きで、ストレス解消と
リラックスの効果が見られます。

■定員: 20名
■4/3~6/26 (13回)
■受講費: 13,000円
■場所: 小体育室
■時間/ 13:15~14:15



コンディショニングエアロ

酸素をたくさん体にとりこみ、
心肺に適度な負荷を与えながら身体を動かした後に
ストレッチで、関節や筋肉・身体の柔軟性の向上を図るクラスです。

■定員: 20名
■4/3~6/26 (13回)
■受講費: 13,000円
■場所: 小体育室
■時間/ 14:30~15:30



申込要項

①一次申込: 2月17日㈭~3月2日㈪/窓口・WEB

※定員を超えた場合は抽選となります。

②追加申込・入金開始日: 3月9日㈫~/窓口のみで随時受付

※一次申込で空きのある教室のみ。同時に入金をお願いします。

*表示金額は全て税込です。*申込状況により、教室の開催を見合わせる場合がございます。

*募集締切後も、定員に満たない教室については先着順で申込を受付けます。

■無料駐車場26台分ございます。



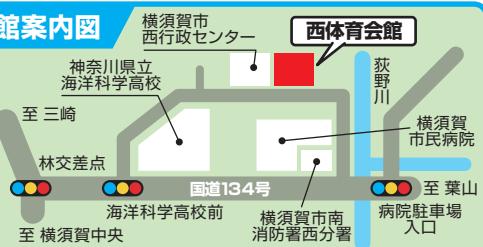
横須賀市体育会館指定管理者

**スポーツコミュニティ
よこすか**
SPORTS COMMUNITY YOKOSUKA
<https://yokosuka-arena.jp>

〒240-0101 横須賀市長坂1-2-3 【利用時間: 9:00~21:00】

西体育会館 ☎ 046-856-8199

西体育会館案内図

▲施設HPは
こちらから

西体育会館【第1期】2026年4月~6月度開催

冷・暖房完備【競技場・小体育室・相談室】の施設で快適なレッスンを受講しませんか?

ごビモ



フロア教室ご案内

2月17日火申込スタート!【申込要項については下記をご覧ください】

お子さまに合った教室で心身共に健康増進を図りましょう!!

各教室で体験を随時受付けております!■体験料:1,500円

佐島の丘温水プール
水泳教室参加者に朗報です!!

●水泳教室受講中に西体育会館フロア教室に
参加される場合は受講料を1,500円割引いたします!
この機会にフロア教室にもチャレンジしませんか?



卓球教室

初めての方
大歓迎!

講師:田中由紀子先生
VIRGO株式会社代表取締役
湘南横須賀卓球教室開業

初心者大歓迎!プロの先生が親切丁寧に基礎から指導をしてくれるので、楽しく上達できます。
卓球マシン練習もあります!無料貸出ラケットもございます。(数に限りがあります)

■定員:各20名 ■場所:小体育室

月曜日 大人

■4/6~6/29(11回)
※4/20, 5/4除く
■受講料:11,000円
■時間/14:00~15:30

木曜日

小学生以上

■4/2~6/25(13回)
■受講料:13,000円
■時間/18:00~19:30

K-POP

小・中学生

月曜日

格好よく可愛らしく、自分の魅せ方を見つけ楽しく踊りましょう!

■定員:15名
■4/6~6/29(11回)
※4/20, 5/4除く
■受講料:11,000円
■場所:小体育室
■時間/18:00~18:45



書道教室

火曜日

小学生~大人

子どものうちから始めると上達が早いです。
大人の趣味としても長く続けられるのでピッタリです。
子どもから大人まで幅広く学べる書道教室です。
※筆(大筆・小筆)をご持参ください。他は準備いたします。

■定員:12名 ■4/7~6/30(11回)※4/21, 5/5除く
■受講料:11,000円
■場所:相談室 ■時間/17:00~18:00



キッズチアダンス

火曜日

初級/5歳~小学生 中級/小学生経験者

ポンポンを持って楽しく体を動かす
クラスです。音楽に合わせて楽しく
笑顔で踊りましょう!

■定員:各20名
■4/7~6/30(11回)※4/21, 5/5除く
■受講料:各11,000円
■場所:小体育室
■時間/【初級】17:00~17:45 【中級】18:00~18:50

体操教室

4歳~未就学児 小学生

【4歳~未就学児】15名 【小学生】25名

さあ!体操教室で体の使い方を身に付けて
「強い(できる)自分を見つけよう!」

目標 チャレンジ精神で「できない」をなくそう!
クラス 各レベル別に練習を行います。
練習種目 マット・とび箱・鉄棒・トランポリン等
■4/7~6/30(11回)※4/21, 5/5除く
■受講料:各11,000円 ■場所:競技場
■時間/【4歳~未就学児教室】15:50~16:40
【小学生教室】16:50~17:50



申込要項

①一次申込:2月17日火~3月2日月/窓口・WEB

※定員を超えた場合は抽選となります。

②追加申込・入金開始日:3月9日火~/窓口のみで随時受付

※一次申込で空きのある教室のみ。同時に入金をお願いします。

*表示金額は全て税込です。*申込状況により、教室の開催を見合わせる場合がございます。 *募集締切後も、定員に満たない教室については先着順で申込を受付けます。



横須賀市体育会館 指定管理者

**スポーツコミュニティ
よこすか** SPORTS COMMUNITY YOKOSUKA

テ240-0101 横須賀市長坂1-2-3 【利用時間:9:00~21:00】

西体育会館 ☎046-856-8199

一次申込は、下記の方法がご利用いただけます!

直接申込 【受付時間/10:00~20:00】

※受付に設置してある『参加申込書』にご記入の上、事務室受付に申込ください。

HP申込 <https://yokosuka-arena.jp/>

スポーツコミュニティよこすか教室紹介

●『横須賀アリーナ』で検索もしくは右記QRより

※追加募集はホームページでは受付しておりません。

