

令和8年度 通年カーリング教室のご案内（9種類）

①平日カーリング教室

平日

日時：月2回火曜、13:00～14:30 ※開催曜日変更有
対象：初心者～競技者【小学生～80歳】
料金：1回1,500円
内容：基本練習から実践練習。
(※練習したい方におすすめ)

②エンジョイカーリング教室

平日

日時：週1回、木曜13:00～15:00 ※開催曜日変更有
対象：初心者～競技者【小学生～80歳】
料金：1回1,200円
内容：試合をする教室。試合に関する指導をします。
(※試合を楽しみたい方におすすめ)

③初心者カーリング教室（夜の部）

平日

日時：月2回平日、19:00～20:30 ※開催曜日不定期
対象：初心者【小学5年生～65歳】
料金：1回1,400円
内容：基本～実践練習、試合を行います。
(※継続してやりたい方におすすめ)

④休日エンジョイカーリング教室

土曜

日時：月1回土曜 2時間 ※開催時間不定期
対象：初心者～競技者【小学3年生～80歳】
料金：1回1,200円
内容：試合をする教室。試合に関する指導をします。
(※試合を楽しみたい方におすすめ)

⑤初心者カーリング教室

土曜

日時：月1回土曜 1時間30分 ※開催時間不定期
対象：初心者【小学生～70歳】
料金：1回1,400円
内容：基本～実践練習、試合を行います。
(※継続してやりたい方におすすめ)

⑥学生カーリングクラブ

（小学生コース、中高大学生コース）

土曜

日時：月1回土曜 1時間～1時間30分 ※開催時間不定期
対象：小学生コース【小学3年生～の競技者】
対象：中高大学生コース【中学生～大学生の競技者】
料金：1回小学生1,000円/中学生1,300円/大学生1,500円
内容：基本～実践練習、その他要望に応じてを行います。
(※競技力向上目的の方におすすめ)

⑦カーリングフィジカルトレーニング教室

土曜

日時：月1回土曜 1時間30分 ※開催時間不定期
対象：競技者【小学生～65歳】
料金：1回3,500円
講師：信太 美紗都（フィジカルトレーナー）
内容：カーリングに特化した身体づくり。
オンアイストレーニングも行います。
競技力向上を目的とした教室です。

⑧カーリングコンディショニング教室

土曜

日時：月1回土曜 1時間30分 ※開催時間不定期
対象：愛好者～競技者【小学生～制限なし】
料金：1回2,800円
講師：YUI FITNESS コンディショニングインストラクター
中田 幸恵（マスターコンディショニングインストラクター）他
内容：カーリングに特化した身体のコンディショニングと身体の繋がりを生む
運動トレーニングを行います。

⑨カーリングレッスン（個人レッスン）

随時

日時：随時受付（ご希望日で行います）
対象：初心者～競技者【小学生～70歳】
料金：各1名1h、高校生以下1,000円、一般2,000円
内容：要望に応じて対応
(※競技力向上目的の方におすすめ)