



カラダが喜ぶ 新習慣!!

2026年度 第3期 甲賀B&G スタジオ 受講生募集

スタジオ教室期間
2026年10月6日(火)～12月20日(日)
[募集期間] 2026年8月29日(土)～

知っていますか?

B&Gの通年教室はぜんぶ 1回無料体験 できるんです!!

電話予約 OK
TEL 0748-88-5887

WEBも OK

かんたんエアロ教室

エアロビクスはダンスをしながらエクササイズを行う有酸素運動です。動きの中にストレッチやフィットネスの要素もある優れたものです。

日程 火曜日 20:00～21:00
受講料 3ヶ月11回 14,410円(税込)

リフレッシュピラティス教室

ストレッチで伸ばしながら体の軸を整えていきます。心と体をほくしてスッキリとした1日を過ごしてみませんか?

日程 水曜日 10:00～11:00
受講料 3ヶ月11回 14,410円(税込)

脂肪燃焼エアロ教室

音楽に合わせて脂肪を燃やす! 楽しく動いてしっかり汗をかく有酸素エクササイズです。週1回の運動習慣で、体力アップ&リフレッシュ!

日程 水曜日 20:00～20:45
受講料 3ヶ月11回 11,110円(税込)

いきいきストレッチ教室

全身をゆっくりストレッチして、肩こりや腰痛を予防しながら、バランスの取れた健康的なカラダを目指しましょう。年齢を問わず、どなたでも気軽に参加できます。

日程 金曜日 10:00～10:50
受講料 3ヶ月11回 12,210円(税込)

スタジオ教室受講料・スケジュール

対象	教室	受講料
16歳以上	45分教室	11,110円
	50分教室	12,210円
	60分教室	14,410円
年中～小学生	楽ヨガコース、楽エアロコース	7,810円
	楽ヨガ&エアロよくばり教室	12,210円
	ヒップホップ(入門)教室(火)(木)	10,560円
小学3年生～※下記参照	ヒップホップ(基礎)教室(火)	11,660円
小学4年生～※下記参照	その他ダンス教室	11,660円
上級者	HIPHOP上級教室(隔週5回)	7,370円

[回数] 11回(3ヶ月) (税込)

各ダンス教室対象

- ヒップホップ(入門)、はじめてダンス / 年中～小学生
- ヒップホップ(基礎火) / 小学3年生以上及び経験者
- ヒップホップ(基礎) / 小学4年生以上及び経験者
- ヒップホップ(応用) / 経験者
- HOUSE基礎 / 小学4年生以上及び経験者

	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時	21時
火曜日			ヨガ整体 10:30～11:30			アロマ&ヨガ(火) 14:00～15:00			ヒップホップ(入門) 16:45～17:30	ヒップホップ(基礎) 17:40～18:40	リラックスヨガ 19:00～19:50	かんたんエアロ 20:00～21:00	
水曜日		リフレッシュピラティス 10:00～11:00				ZUMBA® GOLD 14:00～15:00					ヨガ 19:00～19:45	脂肪燃焼エアロ 20:00～20:45	
木曜日		初級ピラティス 9:30～10:30							ヒップホップ(入門) 16:50～17:35	ヒップホップ(基礎) 17:40～18:40	ヒップホップ(応用) 18:45～19:45	パワーヨガ 20:00～21:00	
金曜日		いきいきストレッチ 10:00～10:50	楽ヨガ&エアロよくばり 11:10～12:00		ヨガ&ピラティス 13:00～14:00				ヒップホップ(入門・基礎) 17:00～18:00	ヒップホップ(応用) 18:05～19:05	アロマ&ヨガ(A) 19:20～20:20	アロマ&ヨガ(B) 20:30～21:30	
土曜日	朝ヨガ 9:40～10:40	バレトン 10:50～11:40						アロマ&ヨガ(C) 16:00～17:00	はじめてダンス(土) 17:30～18:30	HOUSE基礎 18:40～19:40		HIPHOP上級 19:50～21:05	

※各教室、定員がございます。定員になり次第募集を締め切らせていただきます。 室内シューズが必要

一般利用のご案内 ※トレーニングジムを初めてご利用の方は登録料1,000円が必要です。

屋内プール

12月1日(火)～1月11日(月・祝)までプール営業中止

トレーニングジム

利用時間(3部制で繰入替となります。)

- ・午前の部 / 9:30～12:30
- ・午後の部 / 13:30～16:00
- ・夜間の部 / 18:30～21:30

※退館時間は21:30です。

利用料金(税込)

利用料(1回)	就学前児	小・中学生	高校生以上
100円	100円	300円	600円

回数券(11回綴り)

	中学生以下	高校生以上
3,000円	3,000円	6,000円

フリーパス

期間	中学生以下	高校生以上
1ヶ月	4,500円	9,000円
3ヶ月	12,000円	24,000円
6ヶ月	22,500円	45,000円

プール・ジムセット利用 900円

利用資格・高校生以上の方

利用料金(税込)

- ・初回登録料 / 1,000円 ※1年間有効
- ・更新手数料 / 500円 ※年1回更新

運動できる服装と室内シューズをご持参ください。

※室内シューズのない方はご利用できません。
※室外シューズでのご利用は固くお断りします。

1ヶ月あたり 約2,667円

利用時間 9:30～21:30

※退館時間は21:30です。

利用料(1回)	500円
回数券(11枚綴り)	5,000円

フリーパス

	1ヶ月	3ヶ月	6ヶ月
3,900円	3,900円	9,500円	16,000円

スクール生の嬉しい特典 / ①入会金・年会費無料 ②日曜日は施設利用料無料 ※トレーニングジムを初めてご利用の方は登録料1,000円が必要です。 ※金額は、全て税込です。 ※写真はイメージです。

2026年度 第3期 甲賀B&G プール・スタジオ教室開催要項

- 教室期間 プール 2026年9月29日(水)～11月29日(日) / スタジオ 2026年10月6日(火)～12月20日(日) ※次期以降は自動継続になります。
- 申込方法 右記の「受講申込書」を甲賀市甲賀B&G海洋センターに直接ご持参ください。※先着順にて定員になり次第締め切らせていただきます。
- 募集期間 2026年8月29日(土)～ / 9:30～21:30 ※月曜日休館
- 受講料 ①受講料は各期を単位として、銀行振替により納入していただきます。(詳しくは、受講申込の際にご連絡させていただきます)
※ただし、短期教室の場合は、お申し込みの際に受講料を当海洋センターフロントまでお持ちください。
②各期中途入講であってもその期分の受講料を納入していただきます。
③スタジオの教室で、室内シューズが必要となるクラスがあります。
④各教室の受講料は右記二次元コードよりホームページをご覧になるか、お問い合わせください。
⑤原則として一旦納入された受講料は返金いたしません。
- その他 ①現在受講されている方については継続とし、空き定員のみを新規募集させていただきます。
②スケジュール表のが記載されている教室は、指定水着、指定帽子を着用していただきます。
③スタジオの教室で、室内シューズが必要となるクラスがあります。
④当センターからお渡しする健康チェック表の提出が必要です。(年1回)
⑤各教室定員に満たない場合、教室を取りやめることがあります。
⑥教室内容等につきましては、各教室とも運営上一部変更になる場合があります。
⑦無料体験は定員によりお受けできない場合がございますので予めお問い合わせください。



お問い合わせ先
TEL/0748-88-5887
FAX/0748-88-5883

受講申込書 ※FAXでのお申込みは、短期教室に限りです。

希望クラス名	当海洋センター受講経験 有・無	申込年月日
☐ 通年 ☐ 短期	教室 曜日 コース	年 月 日
フリガナ		保護者指名※未成年者のみ記入
氏 名	男・女	
住 所	(〒 -)	
受講者生年月日	年 月 日生 (歳 ヶ月) 年少・年中・年長	年生
TEL	()	緊急連絡先 ()

※お預かりいたします個人情報(受講登録及び当センターからのご案内に活用する以外)は、ご本人の同意無しに開示いたしません。