

令和7年度 四日市ドーム 教室運営事業報告

単位：人

No	教 室 名	第1期	第2期	第3期	第4期	年度合計
1	フィットフラ	12	10	11	12	45
2	ザ・スロー®リンパドレナージュ	17	19	20	19	75
3	リフレッシュストレッチ	12	10	8	9	39
4	リズムトレーニング	16	16	10	11	53
5	ステップ初級 かんたんステップ運動	12	9	8	9	38
6	ZUMBA①	28	28	29	30	115
7	辻友寛のENJOYランニング	18	16	21	21	76
8	親子で遊びフィット☆	3	8	6	6	23
9	脂肪燃焼エアロ	27	19	25	27	98
10	ゆがみ調整セルフケア	11	12	11	14	48
11	ゆがみ調整セルフケアレベルアップ	12	12	12	12	48
12	リフレッシュヨガ	28	28	30	30	116
13	キッズテニス	9	9	11	8	37
14	エンジョイテニス（初心者）	21	23	19	20	83
15	エンジョイテニス（中級）	12	14	16	15	57
16	棒びくす®	13	13	13	13	52
17	肩こり・腰痛・猫背改善ストレッチ	30	30	27	29	116
18	筋力UPトレーニング	22	25	25	26	98
19	ストレッチ&エアロ	23	23	20	24	90
20	やさしいピラティス	15	26	19	17	77
21	スローステップエクササイズ	7	7	9	9	32
22	イキイキ体操&ストレッチ	15	14	10	7	46
23	SALSATION®（サルセーション）	25	22	22	17	86
24	体幹トレーニング&バレトン	8	6	6	8	28
25	ボディメイクヨガ	23	23	23	22	91
26	The Stretching（ザ・ストレッチ）	10	11	14	10	45
27	ZUMBA②	22	23	22	22	89
28	美姿勢ストレッチ	13	16	14	14	57
29	Balletone®（バレトン）	14	16	15	15	60
30	バランスボールエクササイズ	9	11	9	10	39
31	はじめてのキッズダンス	9	11	13	8	41
32	ヒップホップダンス	12	10	14	16	52
33	辻友寛のボディメイクエクササイズ	12	14	15	15	56
34	ストロングネーション	26	27	28	21	102
スポーツ教室 合計		546	561	555	546	2,208

No	教 室 名	第1期	第2期	第3期	第4期	年度合計
1	書道にチャレンジ！	6	5	7	7	25
2	はじめての韓国語	15	15	10	14	54
3	季節を感じながら俳画	4	5	5	5	19
4	韓国語（初級）	13	14	15	12	54
5	韓国語（中級）	13	11	14	8	46
6	触れてみよう！「津軽三味線」（初級）	6	13	11	5	35
7	触れてみよう！「津軽三味線」（中級）	8	10	9	10	37
8	はじめての中国語	6	4	5	4	19
9	中国語会話	4	10	8	10	32
10	英会話（初級）※第4期は休講	2	6	6	0	14
11	英会話（中級）	6	6	3	4	19
12	オリジナルしめ縄教室			6		6
文化教室 合計		83	99	99	79	360