



れんげじスマイルホール 教室・習い事

2026
1・3月期
WINTER

1ヵ月1,600円から始められます! 気になる教室に気軽に参加してみませんか?

12/4*10:00より予約受付スタート!

不安な方は!
1,000円体験!
さらに! 各コース初日に体験後
お申し込みの方
キャッシュバック!

いきなり3ヶ月は不安...という方でも安心の1ヶ月コースもご用意しております! お申込み詳細はWEBをご覧ください! れんげじスマイルホールQで検索!

風邪に負けない強いカラダをつくろう! ここだけの教室も開講中!

静岡県で唯一! パルシェーレジャパン認定のJUNSHINSPO RTS CLUBによる教室!! ボールあそびの基礎を身につけて楽しく土台づくりができる!

親子クラス 楽しくボールあそび～パルシェーレ～		子どもクラス あそびの達人!～パルシェーレ～
定員 10名	対象 1歳～3歳目安	対象 年少・年中 年長・小学1年生目安
日 時 水/10:15～11:00	定員 10名	日 時 金/15:00～16:00 金曜/16:20～17:20
定員 10名	対象 1歳～3歳目安	対象 年少・年中 年長・小学1年生目安
受講料 3ヶ月コース 4,800円	受講料 3ヶ月コース 4,800円	受講料 3ヶ月コース 4,800円

ダンスを通してリズム感や柔軟性など身体能力向上にぞ!

子どもクラス チアダンス	
日 時 金/16:30～17:30	定員 20名
定員 20名	対象 年中～小学2年生
受講料 3ヶ月コース 4,800円	受講料 3ヶ月コース 4,800円

親子クラス 持ち物/飲み物・タオル

骨盤ケア&赤ちゃんの発達を促すエクササイズ	
日 時 水/11:30～12:15	定員 25名
定員 25名	対象 0歳2ヶ月～1歳
受講料 3ヶ月コース 4,800円	受講料 3ヶ月コース 4,800円

おやこでいっしょに! えいごたいそう	
日 時 水/10:15～11:00	定員 20名
定員 20名	対象 1歳6ヶ月～3歳
受講料 3ヶ月コース 4,800円	受講料 3ヶ月コース 4,800円

ふれあいベビーマッサージ	
日 時 水/11:30～12:15	定員 10名
定員 10名	対象 0歳2ヶ月～8ヶ月
受講料 3ヶ月コース 4,800円	受講料 3ヶ月コース 4,800円

楽しく動いて身につけよう運動あそび	
日 時 火/10:20～11:20	定員 25名
定員 25名	対象 1歳6か月～3歳11か月目安
受講料 3ヶ月コース 4,800円	受講料 3ヶ月コース 4,800円

子どもクラス 持ち物/飲み物・タオル・室内シューズ

はじめてみようストリートダンス 音楽に合わせたダンスをマスターします!

はじめてみようストリートダンス	
日 時 水/16:30～17:15	定員 36名
定員 36名	対象 年少～小学6年生
受講料 3ヶ月コース 8,000円	受講料 3ヶ月コース 8,000円

理学療法士による体づくり教室 子どもたち自身の持っている筋力を効率よく使える体づくり!

理学療法士による体づくり教室	
日 時 月/15:10～16:10	定員 20名
定員 20名	対象 年少～年中
受講料 3ヶ月コース 8,000円	受講料 3ヶ月コース 8,000円

打って楽しく! ピックルボール!

みんなでワイワイ楽しく☆ 程よい運動量で楽しく動こう!

《大人クラス》テニス×バドミントン×卓球を組み合わせたラリーが続きやすいアメリカ生まれの楽しいスポーツ! ※バドミントン特別	
日 時 水/14:45～16:00	定員 10名
定員 10名	対象 1ヶ月ごと
受講料 1,600円/月	受講料 1,600円/月

教室・イベント情報は公式Instagramで! 動画や写真等で随時紹介中!

スマイルホールでは運動教室以外にもたくさんイベントを随時実施中!

シニア向けイベント 単発教室イベント 親子・子ども向けイベント などなど...

プレイゾーン情報 (無料) こどもの習い事の前後に立兄弟の待ち時間にも大活用!

0歳～小学生までの親子を対象にした室内遊び場!

大人クラス

自分らしく! 楽しい日々を! 趣味のひとつに! 自分で自分のカラダを大事にしよう!

コース日程はコチラから!

通常クラス 体験実施中! 1回1,000円

3ヵ月コース 10,400円

2ヵ月コース 6,900円

1ヵ月コース 3,200円

ココロとからだを整えて朝からスッキリ! ペーシックヨガ+体のスイッチON~

日 時 月/9:00～10:00

定員 29名

受講料 3ヶ月コース 9,600円

姿勢や歪み・バランスを整えよう! はじめてヨガ & ピラティス

日 時 火/11:35～12:35

定員 32名

受講料 3ヶ月コース 10,400円

肩のこりや活きの改善にも効果的! しなやかなカラダをつくるヨガ

日 時 火/15:00～16:00

定員 29名

受講料 3ヶ月コース 10,400円

カチカにとられず、楽しむことから始めよう! 全身を使っってなやかにシェイプアップ～メカダンス(水)～

日 時 月/20:20～21:05

定員 36名

受講料 3ヶ月コース 8,000円

カチカにとられず、楽しむことから始めよう! 全身を使っってなやかにシェイプアップ～メカダンス(土)～

日 時 土/15:00～15:45

定員 29名

受講料 3ヶ月コース 8,800円

音楽に合わせて、骨盤周りを動かそう! ZUMBA

日 時 金/11:40～12:25

定員 29名

受講料 3ヶ月コース 4,000円

楽しくながら姿勢を改善、体幹力をUP! はじめてのフランドス

日 時 金/15:00～16:00

定員 20名

受講料 3ヶ月コース 4,000円

音楽に合わせてアクティブに動く楽しいクラス! パンチ・キック 燃焼系エクササイズ(初級)～FIGHT DO～

日 時 水/19:15～20:00

定員 39名

受講料 3ヶ月コース 10,400円

音楽に合わせてアクティブに動く楽しいクラス! パンチ・キック 燃焼系エクササイズ(初級)～MOVE BODY FIGHT～

日 時 日/9:00～9:45

定員 34名

受講料 3ヶ月コース 8,800円

運動が苦手な方、足腰が弱い方、高齢でもOK! ストレッチ&トランポワーク

日 時 月/10:30～12:00

定員 43名

受講料 3ヶ月コース 9,600円

筋力アップとストレッチ

日 時 金/13:00～14:00

定員 20名

受講料 3ヶ月コース 3,200円

いきなり3ヶ月は不安...という方でも安心の 1ヶ月コース もご用意しております!

れんげじスマイルホール キッズパーク

TEL.054-641-7715

〒426-0018 静岡県静岡市本町1-2-1

利用時間 10:00～10:55、11:00～12:00、12:30～13:25、13:30～14:30、15:00～15:55、16:00～17:00

休 日 毎週木曜日(※木曜日が祝日の場合は開講し、休日が休館日)・12月29日～翌年1月3日・その他

地図

バス

徒歩