

# 2026年度 夏休み子ども短期教室

暑い夏でも会場が室内だから安心！夏休みも運動を楽しもう！

## 毎回大人気！かけっこ教室

走るのが苦手、運動が苦手というお子様と一緒にちょっとしたコツをつかんで走る事が楽しいと感じてもらえる事を目的としたクラスです。

【開催日】8月8日(土)～9日(日)

連続2日間で開催する教室です。

【開催日程(全2期)】

・1期▶ 9:00～10:30

・2期▶ 11:00～12:30

【対象】年長～小学3年生

【参加費】各期3,300円(税込)

【定員】各期16名



## 【授業内体験】子ども卓球教室

大人から子どもまで大人気の卓球のお子様向けのクラスです。これから卓球を始めたいお子さまにおすすめの教室です。

【体験日】7月3日/17日/24日  
8月21日/28日

【開催曜日】金曜日

【時間】17:00～18:30

【対象】小学生

【体験料】550円(税込)

※運動しやすい服装・室内用シューズをお持ちください  
※ラケット貸し出しあり(無料)



## 【授業内体験】そろばん教室

楽しくそろばんの技術を向上させていくクラスです。上達したら日商検定が受講可能です。

【体験日】金曜日

7月3日/10日/17日

8月7日/14日/21日/28日

【時間】17:00～19:00

【対象】年中～中学生

【体験料】無料

※筆記用具をお持ちください。



## 夏休みに苦手克服！体操教室

学校体育の「マット・跳び箱・鉄棒」の練習を中心に行い身体を動かしていきます。沢山身体を動かしたいお子様におすすめのクラスです。

【開催日】7月24日(金)・25日(土)・26日(日)

連続3日間で開催する教室です。

1期▶ 13:00～14:10 3歳～年長

2期▶ 14:30～15:40 小学1年生～4年生

【参加費】各期:3,630円(税込)

【定員】各期:15名



## 身体機能向上に！スポーツリズムトレーニング

スポーツリズムトレーニングとは、リズム感を高めることで、運動パフォーマンスを向上させる画期的なトレーニングです。

【開催日】8月1日(土)～2日(日)

連続2日間で開催する教室です。

【開催時間・対象】

①リズム運動教室

時間▶ 13:30～14:15 対象▶ 年長～小学3年生

②リズムミックススポーツクリニック

時間▶ 14:30～15:15 対象▶ 小学4年生～6年生

【参加費】2,530円(税込) 【定員】各20名



## 【授業内体験】将棋教室

将棋が全く初めてのお子様や、駒が少し動かせるお子様が対象です。級の獲得や更に上の級の獲得を目指します。

【体験日】水曜日

7月1日/8日/15日

8月5日/19日/26日

対象:7級～初心者の方

【時間】17:00～18:30

【対象】小学生～中学生

【体験料】550円(税込)

※筆記用具をお持ちください。



## 夏休み限定企画

集中できる場所で  
夏休みの宿題をしよう！  
長い夏休みを  
楽しもう！！

サイクルショップコダマ大洲アリーナ  
「夏休みチャレンジ★ウィーク」

8:30～16:30でお子様をお預かりします。

<日程>

【1期】7月27日(月)・29日(水)・30日(木)・31日(金)

【2期】8月17日(月)・19日(水)・20日(木)・21日(金)

4日間のクラスです。※7月28日(火)・8月18日(火)は休館日の為お休みです。

<料金>13,200円(税込) <対象>小学生 <定員>30名

↓スケジュールはこちら↓

### ★1日目★

9:00～ 宿題タイム①  
10:00～ 公園・体育館散策  
11:00～ 出張教室  
12:00～ お弁当タイム  
13:00～ 勉強タイム②  
14:00～ 走り方&ストレッチ  
15:30～ まとめ

### ★2日目★

9:00～ 宿題タイム①  
10:00～ スポーツ体験  
11:00～ 九電グループによる出張教室  
12:00～ お弁当タイム  
13:00～ 勉強タイム②  
14:00～ 工作  
15:30～ まとめ

### ★3日目★

9:00～ 宿題タイム①  
10:00～ スポーツ体験  
11:00～ 出張教室  
12:00～ お弁当タイム  
13:00～ 勉強タイム②  
14:00～ CPR&AED体験  
15:30～ まとめ

### ★4日目★

9:00～ 宿題タイム①  
10:00～ スポーツ体験  
11:00～ 出張教室  
12:00～ お弁当タイム  
13:00～ 勉強タイム②  
14:00～ レクリエーション  
15:30～ まとめ

- ・ 8:30～ 9:00までにサイクルショップコダマ大洲アリーナ1F受付へ集合ください。
- ・ 16:00～16:30までに保護者の方がお迎えに来られてください。
- ・ スケジュールは天候等により変更となる場合がございます。
- ・ ご参加の方は開始日の2週間前より当施設ホームページに掲載する参加要項にて持ち物を確認ください。

ご予約・お問い合わせはこちら！ 大分市大洲総合体育館・大分県立フェンシング場

TEL:097-551-1511(休館日:火曜)



ホームページはこちらから



※教室は事前予約制です。お電話・または窓口にてご予約ください。

<参加時の持ち物>動きやすい服装でお越しください/室内用シューズ/飲み物/タオル



日本代表選手が教える！  
投げ方教室&ドッジボール教室 開催！

日本トップレベルの高い技術を体験できます！

開催日 8月9日(日)

＜初めてのお子様も安心！ドッジボール教室＞

午前部/10:00～11:45  
午後部/13:00～14:45

運動の基本動作である投げる・構える・受けるという動作を、身近なスポーツであるドッジボールを通して楽しみながら習得できるクラスです。スポーツを始めるきっかけづくりにも！今回は親子でもお子様のみでもご参加頂けるクラスとなっております。ドッジボールゲームが中心です。

対象 年長・小学生とその保護者

定員 各クラス40名

料金 親子参加 /3,300円(税込)  
お子様のみ/2,200円(税込) ※どちらのクラスも親子参加が可能です。

【持ち物：運動できる服装、飲み物、汗拭きタオル、室内シューズ】

教室担当の日本代表選手は決定次第ご案内致します♪

ご予約・お問い合わせはこちらから！  
大分市大洲総合体育館・大分県立フェンシング場  
TEL:097-551-1511(休館日:火曜)



みんなで楽しむ！体を動かす一日！

# スポーツチャレンジデー

年齢・性別問わず、どなたでも参加できます！

2026年  
**6月28日(日)**  
9:00～16:00

ミニ緑日コーナー  
楽しいゲームで盛り上がる！

- 輪投げ
- ヨーヨー釣り
- 当てくじ

＜必要なもの＞動きやすい服装・室内シューズ・飲み物・タオル

<p><b>無料</b></p> <p><b>ポッチャ体験</b> 9:00-16:00</p> <p>パラリンピックでも毎回盛り上がりを見せるポッチャを体験ができます！「ボールを投げる」が出来ればどなたでも参加可能です。</p>	<p><b>無料</b></p> <p><b>工作体験</b> 9:00-13:00</p> <p>ぬりえや「ミニスノードーム」作りをしていきます。※数に限りがあります。(先着)どなたでも参加可能です。</p>	<p><b>有料</b></p> <p><b>レズミルズピラティス体験</b> 11:00-11:45</p> <p>体幹の強化や姿勢改善などを目的としたエクササイズです。身体をすっきりさせましょう！ 担当：TOMOインストラクター 料金：550円(税込) 対象：16歳以上</p>
---	---	---

<p><b>無料</b></p> <p><b>リズムジャンプ体験</b> 10:00-10:45</p> <p>みんなでジャンプ！ジャンプ！見本の動き・音楽に合わせて一緒にジャンプで楽しく身体を動かしましょう！！ お子様から大人の方まで参加OK！！</p>	<p><b>無料</b></p> <p><b>ストレッチ&amp;体幹トレーニング体験</b> 13:00-13:45</p> <p>普段運動している人もそうでない人も自分の身体を知るために参加してみませんか？ お子様から大人の方まで参加OK！</p>
--	--

**健康年齢・体力測定会**

自分のからだの状態を知って、健康づくりに役立てよう！

- 姿勢チェック
- 全身反応テスト
- 握力
- 垂直跳び
- メディシンボールスロー
- 20m ダッシュ

**体力測定会** **有料**

9:00-12:00/13:00-16:00

普段なかなか測定することの無い「体力」を測定してみませんか？簡単な動作なので短時間で測定できます。  
協力：メディカルウェルネス協会  
料金：1,100円(税込) 対象：小学生以上

**健康年齢測定会** **無料**

9:00-16:00

どなたでも測定可能です。※一部機械ではお子様は反応しない場合がございます。血管年齢や脳年齢など、普段の健康診断では調べない項目にチャレンジしてみませんか？お子様からシニアの方まで測定可能です。  
協力：明治安田鶴崎北営業所

1.中学生の部 2.高校生の部 3.一般の部(男女別)でランキングを出します。部門ごとの1位には特典があります！  
※小学生はランキング対象外  
※すべての測定に参加された方が対象です。

どの体験も事前申込、当日申込可能です。

※定員がございますので事前予約がおすすめです。

予約電話番号 097-551-1511 休館日 火曜日 営業時間 8:30-21:00

サイクルショップコダマ大洲アリーナ