

2026年度 かみす防災アリーナ 9月～12月 教室スケジュール 2026.6/24 現在

アリーナ	9月	10月	11月	12月
	日 月 火 水 木 金 土 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	日 月 火 水 木 金 土 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	日 月 火 水 木 金 土 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
プール	9月	10月	11月	12月
	日 月 火 水 木 金 土 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	日 月 火 水 木 金 土 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 *22 *23 *24 25 *26 27 *28 29 30 31	日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	日 月 火 水 木 金 土 6 7 8 9 10 11 *12 13 *14 15 *16 *17 *18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
スタジオ	9月	10月	11月	12月
	日 月 火 水 木 金 土 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	日 月 火 水 木 金 土 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	日 月 火 水 木 金 土 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
研修室	9月	10月	11月	12月
	日 月 火 水 木 金 土 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	日 月 火 水 木 金 土 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	日 月 火 水 木 金 土 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

休講 (6/24時点)

【木】便秘・肩こり解消ヨガ：9/3 休講
【木】癒しヨガ：9/3、9/10 休講
【木】シェイプヨガ：9/3、9/10 休講

【土】ピラティス：9/26 休講
【土】ジュニアダンス：10/3 休講

■ 教室開講日
■ 休館日
★ 進級テスト

※教室スケジュールの定めた日程で教室を実施致します。
※施設の都合上、日程が変更になる場合がございます。
※テスト実施日について、変更になる場合がございます。

家族や友人との健康づくりや発表会に。研修室のみでのご利用も可能です。



2026年度 第2期 (9月～12月) 定期教室 参加者募集中!! 8/10(月)締切



8月の教室は7月22日(水)から空き枠の受付を開始いたします。

受付で直接申込、先着順でございます。詳しくは右記のQRコードからHPにてご確認ください。



かみす防災アリーナ

TEL.0299-77-5400

かみす防災アリーナ 検索

<https://www.kamisu-arena.com/>

〒314-0127 茨城県神栖市木崎1219番地7 開館時間:9:00～21:00 休館日:火曜日(祝日に当たる場合、夏期期間は営業) 年末年始(12/29～1/3)、その他施設点検日

車	最寄り駅	東京駅からの高速バス
東関東自動車道 潮来インターチェンジから 8.3km約10分	JR成田線 小見川駅/JR鹿島線 鹿島神宮駅 最寄り駅から神栖中央公園までの所要時間は、車で約15分～25分程度です。	JRバス関東、関東鉄道、京成バス 東京駅南口よりアートホテル鹿島セントラルまで1時間30分(10分～20分おきに運行)、アートホテル鹿島セントラルより徒歩15分 タクシー約3分

サブアリーナ、プール、トレーニング室を個人で利用することができます。
プール・トレーニング室と温浴施設がセットになってお得な「月額利用」もございます。

プール・トレーニング室/個人利用料金

種別	利用時間/利用料金(税込10%)	利用時間/利用料金(税込10%)	
		市内に在住・在勤・在学の方	市外にお住まいの方
プール・トレーニング室 + 温浴施設	一般	1回3時間以内 880円 超過1時間につき220円	1回3時間以内 1,050円 超過1時間につき260円
	小学生 中学生	1回2時間以内 270円 超過1時間につき110円	1回2時間以内 330円 超過1時間につき130円
トレーニング室 + 温浴施設	一般	1回2時間以内 550円 超過1時間につき220円	1回2時間以内 660円 超過1時間につき260円
プール	一般	1回2時間以内 550円 超過1時間につき220円	1回2時間以内 660円 超過1時間につき260円

サブアリーナ/個人利用料金

種別	利用時間	各時間枠利用料金(税込10%)		
		市内に在住・在勤・在学の方	市外にお住まいの方	
サブアリーナ	一般	① 9時～12時	330円	390円
		② 12時～15時		
		③ 15時～18時		
		④ 18時～21時		
小学生 中学生	一般	① 9時～12時	160円	190円
		② 12時～15時		
		③ 15時～18時		
		④ 18時～21時		

※個人利用カードを作成することができます。市内該当者として利用・登録する場合は、利用申請書のご記入と市内該当者であることを証明するものをご提示ください。※市外の方でも個人カードを作成することができます。※トレーニング室ではスタジオで行うショートプログラムにもご参加いただけます。※トレーニング室をご利用の際は室内用運動靴と動きやすい服装(ジーパン・スカート等不可)を着用してください。トレーニング室は15歳以上(中学生不可)からご利用いただけます。※プール未就学児の利用はおむつのとれたお子様から無料でご利用できます。プールをご利用の際は、必ず水泳帽を着用してください。プールのお子様だけの利用は小学4年生以上からとなります。

※個人利用は予め競技種目の指定をしております。詳しくはHPをご確認ください。※利用時間には、準備及び原状回復の時間を含みます。※小学生及び中学生の利用は、17時までとなります。ただし、保護者等同伴者がいる場合はこの限りではありません。※ご利用の際は室内用運動靴と動きやすい服装(ジーパン・スカート等不可)を着用してください。※体育用具(ラケット・ボール等)は貸出しも行ってありますが、数に限りがございます。

