

THSA

帝京平成
スポーツアカデミー

スポーツ チャレンジデイズ

春に向けて新しい
ことに挑戦しよう！

2026

2/26 ▶ 2/28

3日間限定イベント
参加費無料！

帝京平成
スポーツアカデミー

市原市うるいど南4-1
帝京平成大学 千葉キャンパス内

【電話番号】
【営業時間】

0436-74-6369
火曜日～金曜日

HPIはこちらから↓



プログラム紹介

1 ベリーダンス

講師 Mika

ベリーダンスの基礎からレッスンします。
年齢問わず誰でもいつでも始められます。
インナーマッスルを使うのでダイエットにも効果的！
筋肉質ではない、しなやかで女性らしい綺麗なボディラインを目指して一緒に踊りましょう♪



【日時】2月26日(木) 12:20～13:20
【受付開始時間】12:05～
【対象】一般(女性限定)
【会場】9号館 5階501教室

2 バレトン

講師 Haruka

フィットネス・バレエ・ヨガを組み合わせた有酸素運動のエクササイズで全身の筋肉、柔軟性、バランス感覚、心肺機能を向上させます。シンプルな動きなので、間接に負担をかけにくく、年齢や体力に関係なくできますよ。
一緒に汗をかきましょう！



【日時】2月26日(木) 12:40～13:40
【受付開始時間】12:25～
【対象】一般
【会場】9号館 5階502教室

3 インドアゴルフ

講師 北谷津
ゴルフガーデン

最新のトラックマンでエイジシュート達成を目指し、北谷津ゴルフガーデンのコーチが指導します！
ゴルフスキルをさらに磨くチャンス！！今後のゴルフライフを楽しむために、ぜひお役立てください。



【日時】2月27日(金) 11:00～12:00
【受付開始時間】10:45～
【対象】エイジシュートを目指す方
【会場】9号館 2階202教室

4 ピックルボール

講師 千葉県
ピックルボール協会

テニス、バドミントン、卓球の楽しさをミックスしたような誰でもすぐに楽しめるラケットスポーツです。
ラリーが続きやすく、初心者でもその日のうちに試合を楽しめます。
一般クラス、親子クラスの2クラスで実施します。

アメリカではすでに5,000万人以上が体験している、今最も勢いのあるスポーツ！



【日時】2月28日(土) 10:40～11:40
【受付開始時間】10:25～
【対象】一般または小学生とその保護者
【持ち物】室内履き(ラケット、ボールは貸し出します)
【会場】体育館

5 親子で楽しむ 体づくり教室

講師 帝京平成大学
健康医療スポーツ学部
学生

お兄さん、お姉さんたち学生と遊びを通じて運動が楽しめるよう、体じゃんけんやボール投げなど行う予定です。
運動を通じて親子のスキンシップ、様々な子供たちとの交流もお子さんの心身の成長を促す機会となります。運動が苦手なお子さんでも楽しめます。



【日時】2月28日(土) 13:00～14:00
【受付開始時間】12:45～
【対象】年中～小学生とその保護者
【持ち物】室内履き
【会場】体育館

※会場はすべて帝京平成大学
千葉キャンパスになります。

帝京平成スポーツアカデミーでは、**3日間限定**のスポーツイベントを開催いたします。
未経験の種目に挑戦したい方、気になるけどなかなか一歩が踏み出せなかった方大歓迎！
この機会に様々なスポーツにチャレンジしてください！

申込方法



申込フォーム

事前申込制のため、専用フォームよりお申込みください

- ・先着順のご案内となりますので定員が満員になり次第、募集は終了となります。
- ・活動風景を写真や動画で撮影し、HP等へ掲載する場合がありますので予めご了承ください。
- ・申込者以外の参加はご遠慮ください。お友達同士の参加であっても、それぞれで申込をしてからご参加ください。



◎お車でお越しの際は、
学生第一駐車場、または
第二駐車場をご利用ください。