

2026年
(令和8年)

9月

港区総合型地域スポーツ・文化クラブ青山

スポーカル青山

※小学生は安全のため、夜間開催種目には保護者をご参加ください

初めて利用される方は、二次元コードを読み込み、体験申込みをしてください →

※新体操、絵画教室、AOYAMAバドミントン教室は
コメント内の二次元コードから申込みください

港区ホームページにて、
活動予定をお知らせしています

二次元コード



体験申込み

バドミントン

Let's playバドミントン

初めての方や初心者むけのコート
開放です。

対象 小学2年以上、大人
※小中学生は親子で参加ください

日程 9/5、19
土曜 16:00～18:00

場所 青山中学校 体育館

初級☆バドミントン

全体で基礎練習を行い、試合に必
要な技術を身につけます。

対象 小学4年以上、大人
※小中学生は親子で参加ください

日程 9/5、19
土曜 16:00～18:00

場所 青山中学校 体育館

中級☆バドミントン

個々に練習した後19:00～試合を行
います。 ※大人をメインに活動。

対象 高校生以上の経験者
初級バド会員で中級と判断された方

日程 9/7、14、21、28
月曜 18:30～20:45

場所 青山中学校 体育館

中級ステップアップ練習会

中級バドの会員を対象とした練習
会です。

対象 高校生以上

日程 9/12、26
土曜 16:00～18:00

場所 青山中学校 体育館

上級☆バドミントン

経験者や外部の試合に参加するレ
ベルの大人を対象とした時間です。

対象 高校生以上の経験者
※ビジターの方も300円でご利用
できます

日程 9/6、20
日曜 18:30～20:45
19:00～試合を行います

場所 青山中学校 体育館

バドミントン参加費

小中学生	200円
大人	300円
親子参加 小学生&大人 計2名分	500円

※ラケット貸出・シャトル代含む。回数券あり

申込み

バドミントン経験のある高校生以上の人

中級☆バドミントン に申込みください

初めてバドミントンをやってみたい小・中学生

親子で Let's playバド に申込みください

初めてバドミントンをやってみたい高校生以上

初級☆バドミントン に申込みください

1人参加でバドミントンをやってみたい小・中学生

水曜 AOYAMAバド教室 に申込みください

AOYAMAバドミントン教室

港区バドミントン協会共催 指導：YONEXバドミントンアカデミー

初心者からレベルにあわせ専門スタッフが指導します。
楽しみながら、スポーツに親しみ、技術力・体力向上を
図ります。 ※ヨネックス監修の教室です。

対象 小学1年～中学生 **場所** 青山中学校 体育館

参加費 6,000円/月4回
※体験1500円 **日程** 毎週水曜(各クラス70分)
前半クラス 15:55～
後半クラス 17:05～



教室の詳細や体験申込みは
こちらからお問い合わせください。

ベーシックヨガ &筋膜リリース

専用のボールを使ってヨガの中に筋膜リリースを加
えていきます。動きやすい服装で、水分・タオルを
ご持参ください。ヨガマットの貸出あります。初心
者大歓迎！

対象 中学生～

場所 青山小学校
1階プレイルーム

日程 9/5、19
土曜 15:30～16:45

参加費 500円/回



テニス

初めての方も大歓迎！小学生は親子で参加ください。

対象 小学4年生以上、
★のみ小学3年生以上

参加費 300円/回
ラケット貸出・ボール代含む

場所 青中テニスコート



9/6、13、20、27

日程
15:00～17:00 2面とも初中級（練習と試合）
★17:00～ 1面初級（球出し）
19:00 1面中級（練習と試合）
19:00～21:00 2面とも中級（試合中心）

9/7、14、※21、28 ※21日は18時～

月曜
18:30～21:00 1面初級（練習と試合）
1面中級（練習と試合）

テニス問合せ 090-7805-5034 (横田)

ようめいじはちだんにしき

楊名時八段錦・太極拳

八段錦は養生法、太極拳は不要な力を抜いて、柔らかくゆっくり動きます。動きやすい服装・タオル・飲み物をお持ちください。初心者大歓迎です！

対象 小学校高学年以上～
どなたでも
(小学生は親子で参加ください)

場所 青山小学校
1階プレイルーム

日程 9/5、19
土曜 13:30～14:45

参加費 500円/回



野球で遊ぼう!!

経験者も未経験者もまずは楽しく遊ぼう！楽しみながら野球スキルを身につけます！

対象 小学3年生～中学生

場所 青山小学校 校庭

日程 9/2、9、※16、30
水曜 15:00～16:30
※16日は15:20～

参加費 400円/回
※回数券割引あり

※西門（外苑前駅側）をご利用ください。※グローブ持参。



クラブのご案内

こども絵画教室

きっとあなたの大切な時間になる！
作ったり描いたり、自分の思うままに表現しましょう。色や形で遊ぶことで、心は満たされ豊かな気持ちになるでしょう。

対象 3才～

場所 青山小1階
プレイルーム

日程 9/12、26
土曜 13:30～17:00

参加費 1,300円/回

※定員を超えているため、新規受付中止



問合せ＆体験
申込みフォーム
aoy.painting@gmail.com



Seed新体操教室

新体操を通して、美しい立ち方や柔軟性を身につけ、
子どもの様々な運動の基礎となる運動能力を向上させ、
怪我のしにくい身体を作り上げます。

無料体験
受付中！

赤坂教室（火曜）
9/1、8、15、29 **場所** 赤坂小体育館
Aクラス(3歳～1年生) 17:10～18:00
Bクラス(1年生以上) 18:00～18:50

青山教室（水曜）
9/2、9、※16、30 **場所** 青山小体育館
Aクラス(3歳～1年生) 15:10～16:00 ※16日は15:20～16:10
Bクラス(1年生以上) 16:10～17:00



問合せ＆
体験申込みフォーム



スポーカル
青山
入会案内

スポーカル青山でつながろう！！

スポーカル青山は、会員みんなで作る自主運営クラブです

気になる教室を見つけて、二次元コードから体験申込みをしてください。
体験後、気に入っていただけたら入会手続きをしていただきます。（体験は1回のみ）



入会金

1,000円
(ファミリー会員・兄弟姉妹会員は2人目から入会金免除)

年会費

2,000円
年度途中入会時は右の表を参照下さい
(会員期間: 4月～翌年3月末)

参加費

種目により参加費の金額が異なります

	4～6月	7～9月	10～12月	1～3月
一般会員／大人	2000	1500	1000	500
ファミリー会員／大人	1000	750	500	250
一般会員／子ども	1000	750	500	250
ファミリー会員／子ども	500	350	250	150