



邦和みなと
スポーツ&カルチャー



大人
向け

無料

2026

料

体

験

2026年1月14日(水)から2月10日(火)までに
無料体験&入会手続きをされた方

入会金 0円 & 入会手数料 0円
(通常 3,300円) (通常 2,200円)

アイススケート

社会人にも大人気！基礎から丁寧に指導しますので未経験の方も楽しく参加できます。推しの選手と同じステップを滑ることを夢見て、この機会に挑戦してみませんか？

全身を使うので、健康維持や筋力UPにも。



スイミング

泳法の習得を目指す方はマスターズ、軽快に体を動かすアクアビクスや、自分のペースで楽しめるウォーキングなど、目的に寄り添った5つのカリキュラムから、自由に選んで参加できます♪



スポーツ

22教室

6種のヨガ教室をはじめ、22種のスポーツ教室を開講しています。大人のための美容バレエや、アクティブに体を動かしたい方に人気の卓球教室など。生涯続けたいと思えるとておきの趣味に出会えるかも！



カルチャー

7教室

創作に没頭するも良し、同じ趣味をもつ仲間と交流を楽しむも良し♪書道、パッチワーク、彫金などの創作教室に加え、ゲームやクイズで脳を活性化させる、ECCシニアもご用意しています。



Check!

キャンペーンの
詳細はこちちら！

開講日程もご覧いただけます

2026年1月7日水 9:50電話受付開始
TEL.052-654-0791

スイミングの申込はプール直通へ
TEL.052-654-0871



お気軽に
ご参加
ください

期

間

限

定

教

室



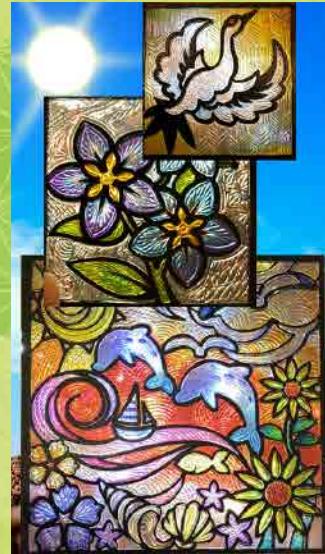
バランスボール エクササイズ

「弾む」「転がる」「支える」といったボールの特性を活かし、体のバランスをとりながら行います。座って弾む、程よい有酸素運動で姿勢改善、腰痛・肩こり軽減に効果的です。

- 1 1/20(火) 2 1/27(火)
3 2/3(火) 4 2/10(火)
5 2/17(火) 6 2/24(火)

〈時間〉 10:00~11:00

参加費 1回 1,500円



シャイン カービング

世界中の人も楽しんでいる『光輝く新ジャンルの彫刻アート！』手作りのキラキラ感をつくりだし、同時にワクワク感も楽しみながら、作品作りを体験してみませんか？

- 1 1/14(水) 2 1/21(水)
3 1/28(水) 4 2/4(水)
5 2/11(水)

〈時間〉 10:00~12:00

参加費 1回 1,500円
※別途材料費600円が必要



VRサッカー

『REZZIL（レジル）』でVRサッカーを体験してみませんか。『REZZIL』は、最新のバーチャルトレーニングシステムで、「認知・予測・判断」といった要素を鍛えることができます。

- 1 1/15(木) 2 1/22(木)
3 1/29(木) 4 2/5(木)

〈時間〉 19:00~20:00

参加費 1回 1,500円



eスポーツ

今話題のeスポーツ！仕事帰りの息抜きや、新しい趣味の発見に…。アカウント登録からお教えします。ハンドルコントローラーも導入！人気のFPSやレーシングシミュレーターをぜひ体感してください。

- 1 1/14(水) 2 1/21(水)
3 1/28(水) 4 2/4(水)

〈時間〉 19:00~20:30

参加費 1回 1,500円

邦和みなとスポーツジム

スポーツジム お風呂 サウナ

毎月何回利用しても

最大 5,450円 (月会費)

2026年1月31日(土)
までに利用開始の方限定

月会費
初月半額
キャンペーン
実施中！

(一般)
5,450円→2,725円

カラダ分析に基づく
トレーニングをご提供！

体成分分析装置
InBody

AI姿勢分析
シセイカルテ

NEW



直通TEL.052-304-7307



邦和みなと
スポーツ&カルチャー

平日 / 9:50~18:30 土日祝 / 9:30~17:00
〒455-0015 名古屋市港区港栄一丁目8番23号

TEL.052-654-0791

無料駐車場
200台完備

「港区役所」駅
徒歩3分~8分

※掲載価格（2026年1月現在）は
税込表記です。

ホームページは
こちら



邦和みなとインドアテニス

7周年記念 おためしレッスン
半額キャンペーン

1/4日
~1/31日

キャンペーンやレッスンの詳細、
ご予約はこちらをチェック！



邦和みなとゴルフ
邦和グリーン
チェリーみなと店

2/11
水・祝

移転10周年
記念イベント
開催予定！

