

厚別区体育館 スポーツ講習会

申込先 厚別区体育館 ☎892-0362 (厚別中央2の5)

講座名	開講日	曜日	時間	回数	定員	受講料	対象	
生活習慣改善体操	10/20	月	午前9時30分～10時45分	14回	30人	7,200円	16歳以上	
あんにょんはせよ体操	10/20	月	午後1時～2時30分	14回	30人	7,200円		
太極拳	10/20	月	午後1時30分～3時	14回	30人	7,200円		
水と床のフィットネス (厚別温水プールの開催3回含)	10/20	月	(体育館) 午後7時～8時15分 (プール) 午後7時～8時	15回	20人	9,100円		
ヨガ	10/20	月	午前11時～午後0時30分	14回	30人	7,200円		
トレーニング講習会	10/20	月	午後1時30分～3時	10回	15人	6,100円		
フォークダンス	初級	10/3	金	午後3時～5時	20回	30人		10,300円
	中級	10/3	金	午後1時～3時	20回	30人		10,300円
健美操	10/8	水	午前9時30分～10時30分	10回	15人	7,000円		
パワーヨガ	火曜	10/7	火	午後7時～8時	20回	10人		17,700円
	水曜	10/8	水	午後7時～8時	20回	10人		17,700円
少年少女バドミントン	10/7	火・木	午後4時～5時45分	40回	45人	28,000円		小学3～6年生
ジュニアフットサル	10/22	水	午後4時45分～6時	16回	15人	9,000円		小学1～4年生
スイム&ジム (厚別温水プールの開催15回含)	10/9	木・土	(体育館) 午後4時～5時 (プール) 午前9時～10時	30回	10人	18,200円	小学1～3年生	
ミニバスケットボール	10/17	金	午後3時15分～4時30分	20回	15人	11,200円	小学1～3年生	
ミニバスケットボール	10/17	金	午後4時30分～6時	20回	15人	12,100円	小学4～6年生	
げんきキッズ教室	10/20	月	午後4時15分～5時15分	12回	10人	7,700円	小学1年生	
げんきキッズ教室	10/20	月	午後4時15分～5時15分	12回	10人	7,700円	小学2年生	
少年少女テニス	10/20	月	午後5時～6時30分	14回	10人	10,400円	小学4～6年生	
親子あそび体操	10/8	水	午後1時～2時	10回	10組	6,100円	2・3歳児 と保護者	
バトントワリング初級	10/9	木	午後4時30分～5時30分	10回	15人	7,000円	小・中学生	
<p>▷ 申込方法 9月11日(木)～17日(水)の午前9時～午後9時に、直接または電話で【多数時抽選】</p> <p>▷ 受講料納入 9月18日(木)～25日(木)の午前9時～午後8時(18日は抽選後)に納入してください。</p> <p>▷ 施設利用料 受講料のほかに毎回施設利用料が必要です(中学生以下は無料)。</p> <p>▷ その他 テニス、バドミントン、バスケットボール、ヨガ、ピラティスなどの講習もあります。また、募集内容は、変更する場合があります。詳しくは、電話でお問い合わせください。</p>								

コンサドーレ情報

9月20日(土)、28日(日) “聖地” 厚別公園競技場で試合が行われます

広告