

## 豊平区体育館だより

### スポーツ<sup>アンド</sup>フィットネス講習会

種 目		曜日	予 定 開 講 期 間	開 講 時 間	定 員	受 講 料	申 込 方 法
インドア ゴルフ	基礎	金	4月4日～5月30日 [全8回]	午後0時40分 ～2時10分	各26人	7,200円 (5,800円)	3月13日(木)、14日(金)午 前10時～午後4時(電話 申し込み可)。定員を超え た場合は抽選いたします。
	形成			午後2時20分 ～3時50分			
テニス入門		火	4月8日～6月24日 [全10回]	午後1時～3時	10人	7,100円 (5,700円)	3月18日(火)、19日(水) 午前10時～午後4時(電 話申し込み可)。定員を 超えた場合は抽選いたし ます。
テニス初中級		火	4月8日～6月24日 [全10回]	午後3時～5時	各10人	8,900円 (7,100円)	
		水	4月9日～6月11日 [全10回]	午後1時～3時			
		木	4月10日～6月26日 [全10回]	午後1時～3時 午後3時～5時			
		金	4月11日～6月20日 [全10回]	午後1時～3時 午後3時～5時			
卓球入門		火	4月8日～6月10日 [全10回]	午前10時～正午	30人	5,600円 (4,500円)	3月18日(火)午前10時～ 午後4時(電話申し込み 可)。定員を超えた場合 は抽選いたします。
バドミントン 入門		火	4月8日～6月17日 [全10回]	午前10時～正午	30人	5,600円 (4,500円)	
少年少女 バドミントン		月 金	4月4日～6月30日 [全20回]	午後4時15分～6時	30人	4,100円	受講料を添えて、3月14日 (金)午後4時から先着順。
演歌体操		金	4月11日～7月4日 [全12回]	午前9時20分 ～10時50分	60人	6,200円 (4,900円)	受講料を添えて、3月28日 (金)午前8時45分から先着順。
歌謡体操		水	4月9日～6月25日 [全12回]	午前11時 ～午後0時30分	30人	6,200円 (4,900円)	受講料を添えて、3月19日 (水)午前8時45分から先着順。
ヨガ		水	4月9日～6月25日 [全12回]	午前10時～11時30分	各30人	6,200円 (4,900円)	受講料を添えて、3月19日 (水)午前8時45分から先着順。
		金	4月4日～6月27日 [全12回]				受講料を添えて、3月14日 (金)午前8時45分から先着順。
青竹 エアロビクス		火	4月8日～7月1日 [全12回]	午前10時～11時30分	30人	6,200円 (4,900円)	受講料を添えて、3月25日 (火)午前8時45分から先着順。
ソフト エアロビクス		水	4月9日～6月25日 [全12回]	午前9時20分 ～10時50分	30人	6,200円 (4,900円)	受講料を添えて、3月19日 (水)午前8時45分から先着順。
ほのほの エアロビクス		木	4月10日～7月3日 [全12回]	午後6時45分 ～8時15分	30人	6,200円 (4,900円)	受講料を添えて、3月27日 (木)午後6時から先着順。
ずばら健康 体操		金	4月4日～6月27日 [全12回]	午前11時10分 ～午後0時40分	30人	6,200円 (4,900円)	受講料を添えて、3月14日 (金)午前8時45分から先着順。

◆対象 16歳以上の方(少年少女バドミントンは小学3年～中学3年)。

※受講料のカッコ内の金額は、65歳以上の方および受講期間中に65歳になる方の受講料です。申込時に、年齢を証明できるものをお持ちください。

※受講料のほか、入館ごとに体育館使用料(一般390円、65歳以上130円)が必要です。中学生以下は無料です。

(申込先・詳細) 豊平区体育館(月寒東2条20丁目) ☎855-0791

## 告 白 欄

