

豊平区体育館だより

スポーツ^{アンド}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	金	4月2日～5月21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11日(木)、12日(金)午前9時～午後4時に直接窓口か電話でお申し込みください。定員を超えた場合は抽選を行います。
			午後2時20分 ～3時50分			
テニス入門	水	4月7日～6月30日 [全10回]	午後1時～3時	10人	7,100円 (5,700円)	3月23日(火)、24日(水)午前9時～午後4時に直接窓口か電話でお申し込みください。定員を超えた場合は抽選を行います。
テニス初中級	火	4月6日～6月15日 [全10回]	午後1時～3時	各10人	各8,900円 (7,100円)	3月23日(火)、24日(水)午前9時～午後4時に直接窓口か電話でお申し込みください。定員を超えた場合は抽選を行います。
			午後3時～5時			
	水	4月7日～6月30日 [全10回]	午後3時～5時			3月23日(火)、24日(水)午前9時～午後4時に直接窓口か電話でお申し込みください。定員を超えた場合は抽選を行います。
	木	4月1日～7月1日 [全10回]	午後1時～3時			3月18日(木)、19日(金)午前9時～午後4時に直接窓口か電話でお申し込みください。定員を超えた場合は抽選を行います。
金	4月2日～6月11日 [全10回]	午後1時～3時				
テニス中級	木	4月1日～7月1日 [全10回]	午後3時～5時	各10人	8,900円 (7,100円)	3月18日(木)、19日(金)午前9時～午後4時に直接窓口か電話でお申し込みください。定員を超えた場合は抽選を行います。
	金	4月2日～6月11日 [全10回]	午後3時～5時			
卓球入門	火	4月6日～6月15日 [全10回]	午前10時～正午	15人	5,600円 (4,500円)	3月16日(火)、17日(水)午前9時～午後4時に直接窓口か電話でお申し込みください。定員を超えた場合は抽選を行います。
卓球初中級	木	4月1日～7月8日 [全10回]	午後1時～3時	15人	7,000円 (5,600円)	3月18日(木)、19日(金)午前9時～午後4時に直接窓口か電話でお申し込みください。定員を超えた場合は抽選を行います。
バドミントン 入門	火	4月6日～6月15日 [全10回]	午前10時～正午	各15人	5,600円 (4,500円)	3月16日(火)、17日(水)午前9時～午後4時に直接窓口か電話でお申し込みください。定員を超えた場合は抽選を行います。
バドミントン 初中級					7,000円 (5,600円)	
少年少女 バドミントン	月・金	4月2日～6月25日 [全20回]	午後4時15分 ～6時	30人	4,100円	3月19日(金)午前9時～午後5時に直接窓口か電話でお申し込みください。定員を超えた場合は抽選を行います。
少年少女 バドミントン レベルアップ	火	4月6日～6月15日 [全10回]	午後4時30分 ～6時	15人	6,100円	3月23日(火)午前9時～午後5時に直接窓口か電話でお申し込みください。定員を超えた場合は抽選を行います。
青竹 エアロビクス	火	4月6日～6月29日 [全12回]	午前10時 ～11時30分	30人	6,200円 (4,900円)	3月23日(火)午前9時から受講料を添えて直接窓口へお申し込みください。先着順。
ヨガ	水	4月7日～6月30日 [全12回]	午前10時 ～11時30分	30人	6,200円 (4,900円)	3月24日(水)午前9時から受講料を添えて直接窓口へお申し込みください。先着順。
リラックスヨガ	金	4月2日～6月18日 [全12回]	午前10時 ～11時30分	30人	6,200円 (4,900円)	3月19日(金)午前9時から受講料を添えて直接窓口へお申し込みください。先着順。
ソフト エアロビクス	水	4月7日～7月7日 [全12回]	午前9時20分 ～10時50分	30人	6,200円 (4,900円)	3月24日(水)午前9時から受講料を添えて直接窓口へお申し込みください。先着順。
ほのほの エアロビクス	木	4月1日～6月24日 [全12回]	午後6時45分 ～8時15分	30人	6,200円 (4,900円)	3月18日(木)午前9時から受講料を添えて直接窓口へお申し込みください。先着順。
演歌体操	金	4月2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)	3月19日(金)午前9時から受講料を添えて直接窓口へお申し込みください。先着順。
ずばら健康体操	金	4月2日～6月25日 [全12回]	午前11時10分 ～午後0時40分	30人	6,200円 (4,900円)	3月19日(金)午前9時から受講料を添えて直接窓口へお申し込みください。先着順。

◆対象 16歳以上の方(少年少女バドミントン・レベルアップは小学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、高校生230円、65歳以上130円、中学生以下無料)が必要です。

(申込先・詳細) 豊平区体育館(月寒東2条20丁目) ☎855-0791

