

東区体育館 受講生募集のお知らせ ☎751-5250

対 象	教室名	曜日	時 間	回数	定員	受講料		期 間	
						一般	65歳以上		
一般男女 (16歳以上)	卓球	入門	金	午前9時～10時50分	10	15	7,000	5,600	10月3日～12月下旬
		初級	金	午前9時～10時50分	10	30	7,000	5,600	10月3日～12月下旬
		中級	金	午前11時～午後0時50分	10	30	7,000	5,600	10月3日～12月下旬
		上級	金	午前11時～午後0時50分	10	15	7,000	5,600	10月3日～12月下旬
		グループ	月	午前10時～11時30分	4	2～6人のグループ 1組	19,400～※		10月20日～12月中旬
	バドミントン	初級	火	午前9時～10時50分	10	15	7,000	5,600	10月7日～12月下旬
		中級	火	午前11時～午後0時50分	10	15	7,000	5,600	10月7日～12月下旬
	テニス	グループ	金	午後1時50分～3時20分	6	4～6人のグループ 1組	4人：33,200 ※		10月3日～11月中旬
		グループ	水	午前9時30分～11時	5		5人：35,000		10月1日～10月下旬
		グループ	水	午前11時15分～午後0時45分	5		6人：37,200		10月1日～10月下旬
		初級A	木	午前9時～10時50分	10	20	8,900	7,100	10月2日～12月下旬
		初級B	土	午前9時～10時50分	10	20	8,900	7,100	10月11日～12月下旬
		初中級	木	午前11時～午後0時50分	10	20	8,900	7,100	10月2日～12月下旬
		中級	土	午前9時～10時50分	10	20	8,900	7,100	10月11日～12月下旬
		中上級	土	午前11時～午後0時50分	10	20	8,900	7,100	10月11日～12月下旬
	ゴルフ	土	午前11時15分～午後0時45分	8	26	7,200	5,800	10月11日～12月中旬	
	健美操	水	午後1時30分～3時	10	30	5,100	4,100	10月1日～12月中旬	
	リラックスヨガA	金	午前9時30分～11時	10	30	5,100	4,100	10月3日～12月中旬	
	リラックスヨガB	金	午前11時15分～午後0時45分	10	30	5,100	4,100	10月3日～12月中旬	
	リズム体操	水	午前10時～11時30分	10	30	5,100	4,100	10月1日～12月中旬	
	ソフトウェア&ステップエアロビクス	木	午後1時30分～3時	10	30	5,100	4,100	10月2日～12月中旬	
	からだ改善教室	土	午後5時30分～6時30分	10	30	5,100	4,100	10月4日～12月中旬	
	ダンベル&ソフトウェアロビクス	土	午後6時45分～8時	10	30	5,100	4,100	10月4日～12月中旬	
	パワーヨガ	土	午後5時30分～6時30分	10	30	5,100	4,100	10月4日～12月中旬	
	いろいろウォーキング&ストレッチ	火	午前10時30分～正午	10	15	7,000	5,600	10月7日～12月中旬	
	骨盤体操	木	午前9時30分～10時40分	10	15	7,000	5,600	10月2日～12月中旬	
	ナニアロハ	土	午前10時～11時	10	30	5,100	4,100	10月4日～12月中旬	
	ピラティス&スモール ボールエクササイズ	午前	月	午前10時～11時30分	15	30	7,700	6,200	10月20日～3月下旬
		夜間	月	午後7時～8時30分	15	30	7,700	6,200	10月20日～3月下旬
	2～3歳	親子体操A	火	午後0時30分～1時30分	10	10組	6,100	4,800	10月7日～12月中旬
親子体操B		火	午後1時30分～2時30分	10	10組	6,100	4,800	10月7日～12月中旬	
3～4歳	げんきキッズ3・4歳	木	午後2時～3時	10	20	6,400	—	10月2日～12月中旬	
小1～2	テニス	入門A	金	午後3時30分～4時30分	10	10	6,100	—	10月3日～12月下旬
小3～4		入門B	金	午後4時30分～6時	10	10	7,400	—	10月3日～12月下旬
小5～6		入門C	火	午後4時30分～6時	10	10	7,400	—	10月7日～12月下旬
小1～2	バドミントン	入門	木	午後3時30分～4時30分	10	15	5,100	—	10月2日～12月中旬
小3～4			木	午後4時30分～6時	10	15	6,100	—	10月2日～12月中旬
小3～6			火	午後4時15分～6時	10	30	7,000	—	10月7日～12月中旬
小3～6			金	午後4時15分～6時	10	30	7,000	—	10月3日～12月中旬
小3～6	卓球	火	午後4時30分～6時	10	15	6,100	—	10月7日～12月中旬	
小1～3	苦手克服！ジュニア体操	水	午後3時30分～5時	10	10	7,400	—	10月1日～12月中旬	

※グループ内に65歳以上の方、障がいのある方がいる場合は、お問い合わせください。
注 意 受講料のほかに毎回施設利用料が掛かります（一般390円、高齢者130円、高校生230円、小中学生無料）。回数券もあります。
申 込 9月11日(木)～19日(金)午前9時～午後8時に、電話または直接窓口で受け付け。定員を超えた場合は、9月22日(月)午後2時より公開抽選。抽選の結果は、9月23日(祝)午前9時以降に申込者本人がご確認ください。なお、追加申込は9月23日(祝)午前9時以降先着順。
受講料納入その他 受講が決定した方は、9月23日(祝)～30日(火)午前9時～午後8時に受講料を納入してください（最終日のみ午後5時まで）。
 ①障がいのある方は、受講料が65歳以上の方と同額になります。65歳以上の方、障がいのある方は、受講料納入の際に証明できるものをお持ちください。②応募者が少ない場合は中止することがあります。③受講料は保険料・消費税を含みます。

講座 受講生募集

- 対象は、東区にお住まいか勤務先のある15歳以上の方（中学・高校生を除く）です。
- 都合により受講日を変更したり、応募者が少ない場合は開講を中止することがあります。
- 申込時に受講料と教材費を納入してください。なお、一度納入された費用の払い戻しはできません。

■苗穂・本町地区センター ☎784-7833

講 座 名	受 講 日	回数	時 間	定員	受講料	教材費
野菜ソムリエの美味しいお話～秋の野菜とフルーツについて～	10/28(火)	1	午後1時30分～3時30分	15	800	500
モーニング・ストレッチ	10/29(水)、31(金)、11/5(水)、7(金)、12(水)、14(金)	6	午前10時30分～11時30分	15	2,000	—

申 込 9月30日(火)午前10時に直接窓口で受け付け。受付開始時点で定員を超えた場合は即時抽選・決定。定員に満たない場合は、以降、電話または直接窓口で受け付け（先着順）。

