

第 4 期スポーツ教室

番号	コース名	対象	回数	曜日	予定期間	実施時間	定員	受講料 【円】	番号	コース名	対象	回数	曜日	予定期間	実施時間	定員	受講料 【円】	
501	初心者～初級 バドミントン	16歳以上	10	金	1/8 ～3/12	午前10時 ～正午	30人	7,000 (5,600)	557	パワーヨガ	16歳以上	10	火	1/12 ～3/16	午前9時30分 ～10時45分	30人	5,100 (4,100)	
502	初心者		10	水	1/6 ～3/10	午後1時 ～3時	15人	7,000 (5,600)	558	ピラティス		11	水	1/13 ～3/24	午前9時45分 ～11時	30人	5,600 (4,500)	
503			10	金	1/8 ～3/12	午前9時 ～10時30分	15人	6,100 (4,800)	559			11	金	1/8 ～3/19	午後7時 ～8時15分	30人	5,600 (4,500)	
504	初級1		10	水	1/6 ～3/10	午後1時～3時	15人	7,000 (5,600)	560	からだにやさしい 健康体操		11	金	1/8 ～3/19	午前9時30分 ～10時50分	30人	5,600 (4,500)	
505			10	金	1/8 ～3/12	午前10時40分 ～午後0時40分	15人	7,000 (5,600)	561			11	金	1/8 ～3/19	午前11時00分 ～午後0時20分	30人	5,600 (4,500)	
506	初級2		10	金	1/8 ～3/12	午前10時40分 ～午後0時40分	15人	7,000 (5,600)	562	ヨガ		10	水	1/13 ～3/17	午前9時30分 ～10時50分	30人	5,100 (4,100)	
507	中級1		10	金	1/8 ～3/12	午後1時 ～3時	15人	7,000 (5,600)	563			10	水	1/13 ～3/17	午前11時 ～午後0時20分	30人	5,100 (4,100)	
508	中級2		10	金	1/8 ～3/12	午後1時 ～3時	15人	7,000 (5,600)	564	健美操		10	金	1/8 ～3/12	午前11時15分 ～午後0時30分	30人	5,100 (4,100)	
509	中級3 レベルアップ		10	金	1/8 ～3/12	午後3時 ～5時	15人	7,000 (5,600)	565			太極拳 入門 中級	10	金	1/8 ～3/12	午後1時15分 ～2時45分	30人	5,100 (4,100)
510	初心者		10	水	1/6 ～3/10	午前9時 ～10時30分	10人	7,400 (6,000)	566	フラダンス			11	水	1/13 ～3/24	午後1時15分 ～2時45分	30人	5,600 (4,500)
511		10	金	1/8 ～3/12	午後1時 ～3時	20人	8,900 (7,100)	567	10		火	1/12 ～3/16	午後1時45分 ～3時	30人	5,100 (4,100)			
512	初級	16歳以上の 女性	10	水	1/6 ～3/10	午前10時30分 ～午後0時30分	10人	8,900 (7,100)	568	ストレッチボール コンディショニング	8	木	1/7 ～3/11	午前10時 ～11時	15人	5,600 (4,500)		
513	初中級		3	土	1/9 ～3/20	午前9時 ～10時30分	10人	6,000 (4,800)	569	大人のための クラシックバレエ	10	水	1/13 ～3/17	午前11時15分 ～午後0時30分	22人	5,800 (4,700)		
514	中級		10	火	1/12 ～3/16	午後1時 ～3時	10人	8,900 (7,100)	571	キッズ テニス レベル1	小学校 1～3年生	10	火	1/12 ～3/16	午後3時30分 ～4時30分	10人	6,100 (4,800)	
515			10	水	1/6 ～3/10	午後1時 ～3時	20人	8,900 (7,100)	572		小学校 1～3年生	10	火	1/12 ～3/16	午後4時30分 ～5時30分	10人	6,100 (4,800)	
516	上級		10	火	1/12 ～3/16	午後1時 ～3時	10人	8,900 (7,100)	573	レベル2	小学校 1～3年生	10	水	1/6 ～3/10	午後3時30分 ～4時30分	10人	6,100 (4,800)	
517	女子 トーナメント		※1	6	月	1/18 ～3/15	午前9時 ～10時30分	8人	5,100 (4,100)	574	ジュニア テニス レベル1	小学校 4～6年生	10	火	1/12 ～3/16	午後4時30分 ～5時30分	10人	6,100 (4,800)
518		8		土	1/9 ～3/20	午前10時40分 ～午後0時10分	8人	6,800 (5,500)	575	小学校 4～6年生		10	水	1/6 ～3/10	午後4時30分 ～5時30分	10人	6,100 (4,800)	
519	初心者～初級	16歳以上	10	火	1/12 ～3/16	午後7時 ～8時45分	10人	8,900 (7,100)	576	少年少女 バドミントン	小学校 4～6年生	10	火	1/12 ～3/16	午後5時45分 ～6時45分	10人	6,100 (4,800)	
520	中級		10	金	1/8 ～3/12	午後7時 ～8時45分	10人	8,900 (7,100)	577		レベル2	小学校 4～6年生	10	水	1/6 ～3/10	午後5時45分 ～6時45分	10人	6,100 (4,800)
521	中上級		10	水	1/6 ～3/10	午後7時 ～8時45分	10人	8,900 (7,100)	578		小学校 3～6年生	20	水	1/8 ～3/17	午後4時20分 ～5時50分	30人	12,100 (9,700)	
522	ゴルフ基礎	※2	8	木	1/7 ～3/4	午前9時20分 ～10時50分	26人	7,200 (5,800)	579	ジュニア卓球	小学校 3～6年生	10	水	1/6 ～3/10	午後4時30分 ～5時30分	10人	6,100 (4,800)	
523	ゴルフ形成		8	木	1/7 ～3/4	午前11時 ～午後0時30分	26人	7,200 (5,800)	580	お母さんと 幼児の体操	2歳児と 母親	10	火	1/12 ～3/16	午前10時 ～11時	10組	6,100	
524	レディース バスケットボール		6	月	1/18 ～3/15	午前11時 ～午後0時30分	15人	3,600 (2,900)	581		3歳児と 母親	10	火	1/12 ～3/16	午前11時15分 ～午後0時15分	10組	6,100	
531	ピンポイント テニス	16歳～64歳 中・上級以上	3	火	1/12 ～1/26	午後3時10分 ～4時10分	6人	2,400	582		2, 3歳児と 母親	10	水	1/13 ～3/17	午後1時15分 ～2時15分	10組	6,100	
551	エアロビクス シェイプアップ	16歳以上	11	火	1/12 ～3/23	午前11時 ～午後0時30分	30人	5,600 (4,500)	※1…16歳～59歳の女性大会C・D級レベル ※2…16歳～59歳の女性（経験者可）									
552	ナイト エアロビクス		10	木	1/7 ～3/18	午後7時 ～8時30分	30人	5,100 (4,100)	学校開放教室									
553	エアロビクス		11	金	1/8 ～3/19	午前9時30分 ～11時	30人	5,600 (4,500)	583	少年少女バドミントン (平岡公園小学校)	小学校 3～6年生	8	木	1/7 ～3/25	午後6時30分 ～8時	15人	4,800	
554	Bodyフィット		10	火	1/12 ～3/16	午後7時 ～8時30分	30人	5,100 (4,100)	584	少年少女バドミントン (美しが丘緑小学校)	小学校 3～6年生	10	土	1/16 ～3/20	午後0時45分 ～2時15分	15人	6,100	
555	ソフト エアロビクス		11	土	1/9 ～3/20	午前10時 ～11時30分	30人	5,600 (4,500)	585	4・5・6歳体操 (平岡公園小学校)	4・5・6歳 (未就学児)	10	土	1/9 ～3/20	午後2時30分 ～3時30分	10人	6,100	
556	リズム体操		10	木	1/7 ～3/18	午前9時30分 ～11時	30人	5,100 (4,100)	586	子供体操 (平岡公園小学校)	小学校 1～2年生	10	土	1/9 ～3/20	午後3時30分 ～4時30分	10人	6,100	
申込	12月11日(金)～17日(日)の午前9時～午後8時に電話または直接窓口でお申し込みください(コースの番号と名前をお伝えください)。 抽選 定員に満たない場合は、12月21日(月)午前9時から追加募集します。受講料は、12月21日(月)～28日(月)に納めてください。								その他	受講料のほか毎回施設利用料が必要です。受講料の()は65歳以上の方および身体に障がいのある方の受講料です。該当する方は証明できるもの(敬老手帳、身体障害者手帳など)をお持ちください。								