

■南区体育館 4月開講スポーツ教室受講生募集！

●一般スポーツ教室（16歳以上対象）

【詳細】 南区体育館 ☎571-5171（川沿4条2丁目）

種 目		定員	曜日	回数	時 間	受 講 料	申込日・納入期間	
卓 球	基礎	15人	火	10	午前 9 時～11 時	7,000円 (5,600円)	・受講料（ ）内は65歳以上の方（受講期間中に65歳になる方を含む）と障がいのある方の料金です。証明書類（敬老手帳、障害者手帳、免許証など）をお持ちください。	
	初級	15人		10				
	初中級	15人		10				
	中級	15人		10				
	初中級	15人	水	10	午前11時～午後 1 時			
	中級A	15人		10				
	中級B	15人		10				
	中上級	10人		10				
バドミントン	初・中級（経験者）	30人	水	10	午前10時～正午	7,000円 (5,600円)		
テ ニ ス	基 礎	10人	水	10	午前 9 時30分～11 時	7,400円 (6,000円)		・受講の際には、毎回施設利用料が必要です（高校生以上）。
	初 級	10人		10	午前11時～午後 0 時30分			
	初 級	10人	金	10	午前 9 時～10時30分			
	初中級A	10人		10	午前10時30分～正午			
	初中級B	10人	土	10	正午～午後 1 時30分			
	初中級	10人		10	午後 7 時15分～ 8 時45分			
	中 級	10人	月	15	午後 7 時～ 8 時45分	13,300円 (10,600円)		
	中 級	10人	木	10	午後 1 時～ 2 時45分	8,900円 (7,100円)		
	中上級	10人	金	10	午前 9 時30分～11 時	7,400円 (6,000円)		
	上 級	10人		10	午前11時～午後 0 時30分			
	ゲームレッスン（初中級）		10人	木	10	午後 1 時～ 2 時45分	8,900円 (7,100円)	
ソフトテニス		20人	金	10	午後 1 時30分～ 3 時30分	8,900円 (7,100円)		
ゴルフ	基礎	26人	土	9	午前10時45分～午後 0 時15分	8,100円 (6,500円)	【申込方法】 3月15日(木)までに電話または直接申し込み。 定員を超えた場合には、3月17日(土)午後 2 時から抽選。	
	ハイク	13人		9	午前 9 時～10時30分	12,500円 (10,000円)		
	アプローチ&パターレッスン	7人		4	午後 0 時25分～ 1 時55分	8,900円 (7,100円)		
背骨コンディショニング		30人	月	15	午後 1 時30分～ 3 時	7,700円 (6,200円)		
代謝アップエアロ		25人	月	15	午後 7 時30分～ 8 時45分	8,300円 (6,600円)		
社交ダンス		20人	火	20	午前10時45分～午後 0 時15分	12,100円 (9,700円)		
やさしいヨガ		30人	火	11	午前 9 時45分～11時15分	5,600円 (4,500円)		
		30人	金	11	午後 1 時～ 2 時30分			
ステップアップヨガ		30人	火	11	午前11時30分～午後 0 時45分	5,600円 (4,500円)		
ナイトヨガ		20人	火	11	午後 7 時30分～ 8 時50分	6,700円 (5,300円)		
ヒーリングヨガ		30人	木	11	午前 9 時45分～11時15分	5,600円 (4,500円)		
さわやかリズム体操		25人	水	11	午前 9 時45分～11時15分	6,100円 (4,800円)		
骨盤ビューティーストレッチ		女性のみのみ	20人	水	11	午前11時30分～午後 0 時45分		6,700円 (5,300円)
バレエエクササイズ			20人	木	11	午前11時20分～午後 0 時50分		6,700円 (5,300円)
バレエストレッチ			20人	水	11	午後 7 時30分～ 8 時45分		6,700円 (5,300円)
奥様健康体操			A	30人	木	11		午前 9 時50分～11時20分
			B	30人		11	午前11時25分～午後 0 時55分	
ナニ アロハ			20人	木	11	午前10時～11時	6,700円 (5,300円)	
スモールボール&ピラティス		25人	木	11	午後 7 時30分～ 8 時45分	6,100円 (4,800円)		
健美操		25人	金	11	午前 9 時30分～11 時	6,100円 (4,800円)		
ステップ&リズム		25人	金	11	午前11時15分～午後 0 時30分	6,100円 (4,800円)		
すっきり！リラックスボール		20人	水	10	午前11時～正午	6,600円		
すこやか体操クラブ（介護予防運動教室）		10人	火	11	午後 1 時30分～ 2 時45分	8,100円		

・受講料（ ）内は65歳以上の方（受講期間中に65歳になる方を含む）と障がいのある方の料金です。証明書類（敬老手帳、障害者手帳、免許証など）をお持ちください。

・受講の際には、毎回施設利用料が必要です（高校生以上）。

【申込方法】

3月15日(木)までに電話または直接申し込み。
定員を超えた場合には、3月17日(土)午後2時から抽選。

広告