

第4期スポーツ教室

施設利用料 一般390円、高校生230円、65歳以上130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]	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	1/18 ～3/22	10時～12時	30人	7,000 (5,600)	556	リズム体操	16歳以上	11	木	1/10 ～3/21	9時30分～11時	30人	5,600 (4,500)
502	卓球 初級1		10	水	1/9 ～3/13	13時～15時	15人	7,000 (5,600)	557	すっきり 姿勢リセット		11	金	1/18 ～3/29	11時15分 ～12時30分	30人	5,600 (4,500)
503			10	金	1/11 ～3/15	9時～10時30分	15人	6,100 (4,800)	558	ピラティス		10	水	1/9 ～3/13	9時45分～11時	30人	5,100 (4,100)
504			10	水	1/9 ～3/13	13時～15時	15人	7,000 (5,600)	559			11	金	1/11 ～3/22	19時 ～20時15分	30人	5,600 (4,500)
505			10	金	1/11 ～3/15	10時40分 ～12時40分	15人	7,000 (5,600)	560	からだにやさしい 健康体操		11	金	1/11 ～3/22	9時30分 ～10時50分	30人	5,600 (4,500)
506			卓球 初級2	10	金	1/11 ～3/15	10時40分 ～12時40分	15人	7,000 (5,600)			561	11	金	1/11 ～3/22	11時 ～12時20分	30人
507	卓球 中級1		10	金	1/11 ～3/15	13時～15時	15人	7,000 (5,600)	562	ヨガ		11	水	1/9 ～3/27	9時30分 ～10時50分	30人	5,600 (4,500)
508	卓球 中級2		10	金	1/11 ～3/15	13時～15時	15人	7,000 (5,600)	563			11	水	1/9 ～3/27	11時 ～12時20分	30人	5,600 (4,500)
509	卓球 中級3 レベルアップ		10	金	1/11 ～3/15	15時～17時	15人	7,000 (5,600)	566	太極拳 入門 中級		11	金	1/11 ～3/22	13時15分 ～14時45分	30人	5,600 (4,500)
510	卓球 初心者		10	水	1/9 ～3/13	9時～10時30分	10人	7,400 (6,000)	567			10	水	1/9 ～3/13	13時15分 ～14時45分	30人	5,100 (4,100)
511	卓球 初級	10	金	1/11 ～3/15	13時～15時	20人	8,900 (7,100)	568	フラダンス	16歳以上の 女性	11	火	1/8 ～3/19	13時45分 ～15時	30人	5,600 (4,500)	
512	卓球 初中級	10	水	1/9 ～3/13	10時30分 ～12時30分	10人	8,900 (7,100)	570	大人のための クラシックバレエ		11	水	1/9 ～3/27	11時15分 ～12時30分	22人	6,400 (5,100)	
513	テニス 初中級	8	土	1/12 ～3/16	9時～10時30分	10人	6,000 (4,800)	571	キッズ テニス レベル1	小学 1～3年生	10	火	1/15 ～3/19	15時30分 ～16時30分	10人	6,100 (4,800)	
514	テニス 中級	10	火	1/8 ～3/12	13時～15時	10人	8,900 (7,100)	572			レベル2	10	水	1/9 ～3/13	15時30分 ～16時30分	10人	6,100 (4,800)
515	テニス 上級	10	水	1/9 ～3/13	13時～15時	20人	8,900 (7,100)	573	ジュニア テニス レベル1	小学 4～6年生	10	火	1/15 ～3/19	16時30分 ～17時30分	10人	6,100 (4,800)	
516	テニス 女子 トーナメント	10	火	1/8 ～3/12	13時～15時	10人	8,900 (7,100)	574			レベル2	10	水	1/9 ～3/13	16時30分 ～17時30分	10人	6,100 (4,800)
518	卓球 初心者～初級	8	土	1/12 ～3/16	10時40分 ～12時10分	8人	6,800 (5,500)	575	少年少女 バドミントン	小学 3～6年生	20	水	1/9 ～3/15	16時20分 ～17時50分	30人	12,100 (9,700)	
519	卓球 中級	10	火	1/15 ～3/19	19時～20時45分	10人	8,900 (7,100)	576	お母さんと 幼児の体操	※1	11	火	1/15 ～3/26	10時～11時	10組	6,700 (5,300)	
520	卓球 中上級	10	金	1/18 ～3/22	19時～20時45分	10人	8,900 (7,100)	580		※2	11	火	1/15 ～3/26	11時15分 ～12時15分	10組	6,700 (5,300)	
522	ゴルフ 基礎	8	木	1/10 ～3/14	9時20分 ～10時50分	26人	7,200 (5,800)	581	※3	10	水	1/9 ～3/13	15時30分 ～16時30分	15人	7,000 (5,600)		
523	ゴルフ 形成	8	木	1/10 ～3/14	11時～12時30分	26人	7,200 (5,800)	592	※4	11	木	1/10 ～3/21	15時30分 ～16時30分	12人	8,700 (7,000)		
551	エアロビクス シェイプアップ	11	火	1/8 ～3/19	11時～12時30分	30人	5,600 (4,500)	594	キッズバレエ	小学 1～6年生	11	木	1/10 ～3/21	16時30分 ～17時30分	12人	8,700 (7,000)	
552	エアロ&ピラティス	11	木	1/10 ～3/21	19時～20時30分	30人	5,600 (4,500)	595	ジュニアバレエ	16歳～64歳 (中上級以上)	3	火	1/15・22・29	15時10分 ～16時10分	6人	2,400	
553	エアロビクス	11	金	1/11 ～3/22	9時30分～11時	30人	5,600 (4,500)	529	ピンポイントテニス ネットプレー								

※1 平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれのお子さんと保護者
 ※2 平成21年4月2日～平成22年4月1日生まれのお子さんと保護者
 ※3 平成16年4月2日～平成20年4月1日生まれのお子さん
 ※4 平成18年4月2日～平成20年4月1日生まれのお子さん

12月11日(火)～17日(月)の9時～20時に電話または窓口でお申し込みください(コースの番号と名称をお伝えください)。**抽選**
 定員に満たない場合は、12月21日(金)9時から追加募集します。**先着**
 受講料は12月22日(土)～28日(金)に納めてください。

別途、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)を持参してください。

広告