

令和6年度 第 I 期 売布北グラウンド教室日程表

健康教室	教室名	曜日	時間	回数	料金(1回)	場所	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	11回	12回	13回	
	五臓ヨガ	月	10:00~11:00	11	1,100円	会議室	4/1	8	15	22	5/13	20	27	6/3	10	17	24			
	大人の発声教室	月	11:15~12:15	11	1,100円	会議室	4/1	8	15	22	5/13	20	27	6/3	10	17	24			
	ゆったりシニアヨガ	月	13:30~14:20	11	900円	会議室	4/1	8	15	22	5/13	20	27	6/3	10	17	24			
	ZUMBA(ズンバ)	水	10:15~11:00	13	1,100円	会議室	4/3	10	17	24	5/1	8	15	22	29	6/5	12	19	26	
	ピラティスストレッチ	木	10:00~11:00	13	1,100円	会議室	4/4	11	18	25	5/2	9	16	23	30	6/6	13	20	27	
スタート☆ピラティス	木	11:15~12:15	13	1,100円	会議室	4/4	11	18	25	5/2	9	16	23	30	6/6	13	20	27		

※ 上記『健康教室』は、売布北グラウンドで事前申し込みになります(窓口受付または電話予約)。受講料や申込日時は、公社HP <https://tspf.hyogo.jp>をご覧ください。

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

スポーツ教室	教室名	曜日	時間	回数	受講料	場所	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	11回	12回	13回
	ワンデーテニス(初心~)	火	10:00~11:25	13	1回 1,600円	テニスコート	4/2	9	16	23	30	5/7	14	21	28	6/4	11	18	25
	ワンデーテニス(中級~)	火	11:30~12:55	13	1回 1,600円	テニスコート	4/2	9	16	23	30	5/7	14	21	28	6/4	11	18	25
	ワンデーテニス(中級~)	木	10:00~11:25	13	1回 1,600円	テニスコート	4/4	11	18	25	5/2	9	16	23	30	6/6	13	20	27
ワンデーテニス(初級~)	金	10:00~11:25	12	1回 1,600円	テニスコート	4/5	12	19	26	5/10	17	24	31	6/7	14	21	28		

※ 『ワンデーテニス』は、当日申込です。その他の教室は、すべて事前に申し込みが必要です。受講料や申込日時は、公社HP <https://tspf.hyogo.jp>をご覧ください。