

平成28年度 第IV期健康・スポーツ教室

○下記のスケジュールにより受付を行います。抽選受付は、定員を超えた場合、その場にて抽選を行い受講者を決定します。

○先着受付は、受付日から開講日までの毎日、定員に達するまでの間随時受付します。(受付日から開講日まで 8:45~20:00の間、毎日受付 但し、日曜日のみ 17:00 まで)

	教室名	曜日	時 間	対 象	定 員	回 数	期 間	受 講 料	受 付 日	受 付 時 間
健 康 教 室	ソフトエアロビクス	木	10:15~11:15	女 性	※若干名	10回	1/12~3/16	8,000円	12月8日(木)	8:45~ 先着受付
	ヨーガ教室	月	9:30~11:00	一 般	※若干名	8回	1/23~3/13	6,400円	12月12日(月)	13:00~13:15 抽選
			11:15~12:45							
		金	13:15~14:45	一 般	若干名	10回	1/13~3/17	8,000円	12月9日(金)	12:45~13:00 抽選
	いきいき新太極拳	日	14:15~15:45	一 般	若干名	10回	1/15~3/19		12月11日(日)	8:45~ 先着受付
	木蘭花架拳	金	13:15~14:45	一 般	若干名	10回	1/13~3/17		12月2日(金)	8:45~ 先着受付
	ヘルシー&レクリエーション	金	10:15~11:45	60歳以上の男女	若干名	10回	1/13~3/24		12月2日(金)	8:45~ 先着受付
	幼児体育教室	金	14:45~15:45	4~6歳児(就学前)	若干名	10回	1/13~3/24	9,800円	12月2日(金)	8:45~ 先着受付
	カンガルー教室2歳児	火	10:15~11:30	2歳児と親	※35組	10回	1/10~3/14		12月6日(火)	11:45~12:00 抽選
	カンガルー教室3~4歳児	月	10:15~11:30	3~4歳児と親	※33組	9回	1/16~3/13	8,820円	12月12日(月)	11:45~12:00 抽選
	ぽこ・あ・ぽこ(2~3歳児)	水	10:15~11:30	2~3歳児と親	30組	10回	1/11~3/15	9,800円	12月14日(水)	11:45~12:00 抽選
ウェーブストレッチ教室	水	14:15~15:15	一 般	若干名	11回	1/11~3/22	9,900円	12月7日(水)	8:45~ 先着受付	
ス ポ ー ツ 教 室	フレッシュインドアテニス(初級~)	火	10:15~11:45	一 般	※若干名	10回	1/10~3/14	15,600円	12月13日(火)	9:30~ 9:45 抽選
	フレッシュインドアテニス(初級~)	木	10:15~11:45		※若干名		1/12~3/16		12月8日(木)	9:30~ 9:45 抽選
	ナイトインドアテニス(中級~)	木	19:15~20:45		若干名		1/12~3/16		12月8日(木)	8:45~ 先着受付
	ナイトインドアテニスビギナーズクラス(初心者)	金	19:15~20:45		若干名		1/13~3/17		12月2日(金)	8:45~ 先着受付
	インドアシニアテニス(初級~)	月	15:15~16:45	60歳以上の男女	若干名	8回	1/23~3/13	12,480円	12月12日(月)	8:45~ 先着受付
	バドミントン(初級~)	火	9:15~11:00	一 般	※各若干名	8回	1/10~3/14	9,500円	12月6日(火)	10:30~10:45 抽選
			11:05~12:50							
	バドミントン(初級・中級)	金	19:00~21:00		若干名					
	シェイプアップコース(トレーニング室)	月	10:00~12:00	女 性	※若干名	8回	1/23~3/13	7,840円	12月12日(月)	9:30~9:45 抽選
シェイプアップコース(トレーニング室)	火	13:00~14:30	若干名		10回	1/10~3/14	7,500円	12月6日(火)	14:45~15:00 抽選	
シェイプアップコース(トレーニング室)	木	10:00~12:00	※若干名		1/12~3/16	9,800円	12月15日(木)	12:15~12:30 抽選		

●抽選会当日に本人または代理人がご来館できない場合は、前日までに所定の様式にて申請手続きを行うことで代理抽選が可能です。
代理抽選の申請手続きの方法については、スポーツセンター 電話 0797-87-5911 へお問い合わせください。

●申込みは、受講料持参のうえご来館ください。いずれの教室も電話での受付はいたしません。●幼児教室（カンガルー2歳児・カンガルー3～4歳児・「ぼこ・あ・ぼこ」）については、開講日に満年齢に達していること。●「ぼこ・あ・ぼこ」及び「カンガルー2歳児」教室については、申し込み人数が45組(2歳児は50組)を越える場合は2クラス編成になります。その場合の開講時間は、A 9:45～11:00 B 11:15～12:30 となります。

注1 ※のついている教室は、託児付き教室(満2歳～)となります。但し、下記のとおり定員となりますのであらかじめご了承ください。

託児料金は、3,000円(10回分)、託児時間は教室開催15分前～終了15分後までとさせていただきます。

(募集がない場合がありますので、詳しくはお電話でお問い合わせください。)

木曜日 ソフトエアロビクス、フレッシュインドアテニス、レディースマスターズコース、シェイプアップコースは、いずれも若干名。

月曜日 ヨーガ前半後半、シェイプアップコースは、いずれも若干名。カンガルー3歳児教室 3名。

火曜日 フレッシュインドアテニス、バドミントン教室前半後半、アクアビクスは、いずれも若干名。カンガルー2歳児教室 2名。ペンぎんちゃんコース 2名。

※下記のスケジュールにより受付を行います。 **平成28年度 第IV期 末広スタジオ教室**

教室名	曜日	時間	対象	定員	回数	期間	受講料	受付日	受付時間
社交ダンス教室	月	13:15～14:45	一般	若干名	9回	1/16～3/13	7,740円	12月12日(月)	8:45～ 先着申込
ボディメイクピラティス	月	10:15～11:15		※各若干名			12回	1/10～3/28	12,000円
	火				9回	1/15～3/12	9,000円	12月11日(日)	8:45～ 先着申込
	日								
ダンスエアロ	水	10:15～11:15	女性	※若干名	12回	1/11～3/29	10,320円	12月7日(水)	8:45～ 先着申込
ヘルシーストレッチ (ぼちぼちエアロ)	前半 後半	水	高齢者	各若干名	11回	1/11～3/22	9,460円	12月7日(水)	8:45～ 先着申込
		13:00～14:15 14:30～15:45							
ベリーダンス入門	月	11:30～12:30	女性	※各若干名	9回	1/16～3/13	9,720円	12月12日(月)	8:45～ 先着申込
ベリーダンス初級(振付)クラス	火				12回	1/10～3/28	12,960円	12月13日(火)	
Burn&Burn Aero(エアロビクス)	金				12回	1/13～3/31	10,320円	12月2日(金)	
自力整体	土	10:15～11:45	一般	※若干名	10回	1/14～3/25	12,500円	12月10日(土)	8:45～ 先着申込
ヨガ	土	13:15～14:45		各若干名			8,600円		
パワーヨガボディコンディショニング	土	19:30～20:30					10,000円		

●抽選会当日に本人または代理人がご来館できない場合は、前日までに所定の様式にて申請手続きを行うことで代理抽選が可能です。

代理抽選の申請手続きの方法については、スポーツセンター 電話 0797-87-5911 へお問い合わせください。

注1 ※のついている教室は、託児付き教室(満2歳～)となります。但し、下記のとおり、いずれも若干名の募集となりますので、詳しくはお電話でお問い合わせください。

託児料金は1回300円とし、教室申込み時に全回分頂戴します。託児時間は教室開催15分前～終了15分後までとさせていただきます。

月曜日 ボディメイクピラティス、ベリーダンス入門は、いずれも若干名。

火曜日 ボディメイクピラティス、ベリーダンス初級(振付)クラスは、いずれも若干名。

水曜日 ダンスエアロは、若干名。

金曜日 エアロビクス(Burn&Burn Aero)、インドアテニスは、いずれも若干名。

土曜日 自力整体は、若干名。

平成28年度 第IV期水泳教室

※下記のスケジュールにより受付を行いません。抽選受付の教室は、定員を越えた場合、その場で抽選を行い受講者を決定します。

※先着受付は、受付日より定員になるまで開講日までの毎日午前8：45～午後8：00（但し、日曜日は午後5時）までの間随時受付します。

教室名	曜日	時間	定員	対象	回数	期間	受講料	受付日	受付時間	
ベビーコース らっこちゃん あしかちゃん べんざんちゃん	金	10:00～11:00	各35組	6ヵ月～2歳児と親 ※火曜のみ	各10回	1/13～3/17	13,600円	12月16日(金)	9:20～9:35 抽選	
		11:00～12:00						12月16日(金)	12:30～12:45 抽選	
	火	10:00～11:00						12月13日(火)	11:30～11:45 抽選	
レディースコース (初心者～)	水	11:30～13:00	若干名	女性	各10回	1/11～3/15		12月14日(水)	13:15～13:30 抽選	
	木							1/12～3/16	12月15日(木)	13:15～13:30 抽選
一般男女コース(初心者～)	土	10:10～11:40	若干名	一般	10回	1/14～3/25		12月3日(土)	8:45～ 先着受付	
レディースマスターズコース (4泳法泳げる方)	水	10:10～11:40	若干名	女性 ※木曜のみ	各10回	1/11～3/15		12月7日(水)	8:45～ 先着受付	
	木							1/12～3/16		12月8日(木)
成人コース(50m以上1種目泳げる方)	水	18:45～20:15	若干名	中学生以上	10回	1/11～3/15		12月7日(水)	8:45～ 先着受付	
シニアコース(初心・初級者～)	水	13:20～14:50	若干名	60歳以上の男女	各10回	1/11～3/15	12月7日(水)	12:45～13:00 抽選		
	木	13:20～14:50					12月8日(木)	12:45～13:00 抽選		
水中運動(ウォーキング)	火	14:30～15:30	若干名	中高齢の男女	各10回	1/10～3/14	12月13日(火)	15:45～16:00 抽選		
	土	11:45～12:45					1/14～3/25	12月3日(土)	8:45～ 先着受付	
アクアピクス	火	11:10～12:10	若干名	一般 ※火曜のみ	各10回	1/10～3/14	13,600円	12月13日(火)	8:45～ 先着受付	
	金							1/13～3/17		
	土							1/14～3/25		12月3日(土)
幼児・小学生水泳教室 (初心・初級者)	火	15:45～17:00	若干名	幼児(年長) 及び 小学生	各10回	1/10～3/14		10,800円	12月6日(火)	16:00～16:15 抽選
	水	16:00～17:15							1/11～3/15	12月7日(水)
小学生水泳教室 (初心・初級者)	木	16:10～17:25	小学生	5～6歳児 (就学前)	各10回	1/12～3/16			12月15日(木)	16:15～16:30 抽選
	金	16:10～17:25							1/13～3/17	12月9日(金)
5～6歳児水泳教室	木	15:00～16:10	30名	3～4歳児	各10回	1/12～3/16			12月8日(木)	15:15～15:30 抽選
	金								1/13～3/17	12月9日(金)
3～4歳児水泳教室	火	12:20～13:20	30名	3～4歳児	各10回	1/10～3/14	13,600円		12月13日(火)	13:45～14:00 抽選
3～5歳児水泳教室	火	13:20～14:20	30名	3～5歳児	各10回	1/10～3/14	3～4歳児は13,600円 5歳児は10,800円		12月13日(火)	14:45～15:00 抽選
3～4歳児水泳教室	金	13:50～14:50	30名	3～4歳児	各10回	1/13～3/17	13,600円		12月9日(金)	14:00～14:15 抽選
3～5歳児水泳教室	水	15:00～16:00	42名	3～5歳児	各10回	1/11～3/15	3～4歳児は13,600円 5歳児は10,800円	12月7日(水)	15:15～15:30 抽選	
小・中学生水泳教室	火	17:00～18:15	若干名	小・中学生	各10回	1/10～3/14	10,800円	12月6日(火)	17:00～17:15 抽選	
	木	17:25～18:40						1/12～3/16	12月15日(木)	17:30～17:45 抽選
	土	13:00～14:15						1/14～3/25	12月10日(土)	13:00～13:15 抽選
小・中学生水泳教室	水	17:15～18:30	2泳法で25m以上 泳げる小・中学生	各10回	1/11～3/15	12月7日(水)		8:45～ 先着受付		

●抽選会当日に本人または代理人がご来館できない場合は、前日までに所定の様式にて申請手続きを行うことで代理抽選が可能です。

代理抽選の申請手続きの方法については、スポーツセンター 電話 0797-87-5911 へお問い合わせください。

●申し込みは、受講料持参のうえ来館して下さい。いずれも電話での受付はいたしません。

●定員が若干名となっている教室は、空きが生じない場合がありますので事前にお問い合わせ下さい。

●ベビーコース・3～4歳児及び3～5歳児水泳教室については、開講日に満年齢に達していること。

注1 対象に※のついている教室は、託児付き教室（満2歳～）となります。但し、若干名の募集となりますので、詳しくはお電話でお問い合わせください。

託児料金は1回300円とし、教室申込み時に全回分頂戴します。託児時間は教室開催15分前～終了15分後までとさせていただきます。