

2019年度 第Ⅲ期 水泳教室

	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
	親子水泳 べんざんちゃん らっこちゃん	火	10:00～11:00	※35組	6か月から2歳児と その保護者	各10回	10/8～12/17	13,600円	9月17日(火)	11:30～11:45 抽選
		金		35組			10/11～12/13		9月13日(金)	9:15～9:30 抽選
	レディース(初心～初級)	水	12:20～13:20	30名	女性	10回	10/9～12/11	9,500円	9月18日(水)	13:45～14:00 抽選
	レディース(初級～中級)	水	11:10～12:10	各30名	女性	各10回	10/9～12/11	9,500円	9月11日(水)	12:45～13:00 抽選
		木					10/10～12/12		9月12日(木)	12:45～13:00 抽選
	一般男女(初心～中級)	土	10:00～11:00	30名	一般	10回	10/5～12/14	9,500円	9月14日(土)	8:45～ 先着受付
	レディース(中級～上級)	水	10:00～11:00	若干名	4泳法泳げる 女性	各10回	10/9～12/11	9,500円	9月11日(水)	8:45～ 先着受付
		木		※若干名			10/10～12/12		9月12日(木)	
水	成人コース	水	19:15～20:15	各若干名	中学生以上で 50m以上1種目泳げる方	各10回	10/9～12/11	9,500円	9月11日(水)	8:45～ 先着受付
		金					10/11～12/13		9月13日(金)	8:45～ 先着受付
	シニア(初心～初級)	火	12:50～13:50	各25名	60歳以上の男女	各10回	10/8～12/17	9,500円	9月17日(火)	14:15～14:30 抽選
		金	11:10～12:10				10/11～12/13		9月20日(金)	12:30～12:45 抽選
泳	シニア(初級～中級)	水	13:30～14:30	各35名			10/9～12/11		9月11日(水)	15:00～15:15 抽選
		木					10/10～12/12		9月12日(木)	15:00～15:15 抽選
	水中運動	火	14:00～15:00	各30名	中高齢の男女	各10回	10/8～12/17	13,600円	9月17日(火)	15:30～15:45 抽選
		土	11:10～12:10				10/5～12/14		9月14日(土)	8:45～ 先着受付
教	アクアビクス	火	11:10～12:10	※35名	一般	各10回	10/8～12/17	13,600円	9月17日(火)	10:15～10:30 抽選
		金	12:15～13:15	20名			10/11～12/13		9月13日(金)	8:45～ 先着受付
		土	18:30～19:30	25名			10/5～12/14		9月14日(土)	
室	幼児クラス 3～6歳児	火	15:10～16:20	各40名	就学前の 3～6歳児	各10回	10/8～12/17	3～4歳児 13,600円 5～6歳児 10,800円	9月24日(火)	15:15～15:30 抽選
		水	15:00～16:10				10/9～12/11		9月18日(水)	15:10～15:25 抽選
		木					10/10～12/12		9月19日(木)	15:10～15:25 抽選
		金					10/11～12/13		9月20日(金)	15:10～15:25 抽選
		土		12:20～13:30			35名		10/5～12/14	9月21日(土)
小学生水泳	火	16:20～17:35	各55名	小学生						
	水	16:10～17:25								
	木									
	金									
小・中学生水泳	火		17:35～18:50	各55名	小・中学生					
	木	17:25～18:40								
	土	13:30～14:45								
	小・中学生水泳	水	17:25～18:40	40名	2泳法で25m以上 泳げる小・中学生					

- 上記のスケジュールにより受付を行います。定員を越えた場合は、その場で抽選を行い受講者を決定します。
- 先着受付は、受付日から開講日までの毎日定員に達するまで随時受付します。（受付日の翌日から開講日までは8:45~20:00まで毎日受付致します。日曜日のみ午後5時まで）
- 抽選受付時間の1時間前に宝塚市に気象警報が発令され解除されていない場合は、受付日を変更することがあります。

●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。いずれも電話での受付はいたしません。
- 申込み当日受講料のお支払いがないと、申込みをお断りすることがございますのでご注意ください。
- 親子水泳ペンギんちゃん、親子水泳らっこちゃん、幼児クラス3～6歳児については、開講日に満年齢に達していることが受講の条件となります。

2019年度 第Ⅲ期健康・スポーツ教室

	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
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	10/10～12/12	8,000円	10月3日(木)	8:45～ 先着受付
	ヨーガ教室	月	9:30～11:00	一 般	※ 各若干名	9回	9/30～12/16	7,200円	9月16日(月)	13:00～13:15 抽選
			11:15～12:45							
		金	13:15～14:45	一 般	若干名	15回	9/6～12/13	12,000円	8月9日(金)	13:30～13:45 抽選
		日	14:15～15:45	一 般	若干名	12回	9/1～12/15	9,600円	8月4日(日)	8:45～ 先着受付
		金	10:15～11:45	60歳以上の男女	若干名	10回	10/4～12/6	8,000円	9月20日(金)	8:45～ 先着受付
		金	14:45～15:45	4～6歳児(就学前)	35名	10回	10/4～12/6	9,800円	9月13日(金)	15:00～15:15 抽選
		火	10:15～11:30	2～3歳児と親	※35組	11回	10/1～12/17	10,780円	9月10日(火)	11:45～12:00 抽選
		月	15:30～16:30	3～4歳児	33名	9回	9/30～12/16	8,820円	9月9日(月)	16:45～17:00 抽選
		水	10:15～11:30	2～3歳児と親	30組	16回	9/4～12/18	15,680円	8月7日(水)	11:30～11:45 抽選
		水	9:30～10:30	一 般	若干名	11回	10/2～12/11	9,900円	9月11日(水)	8:45～ 先着受付
		月	9:45～11:15	一 般	※若干名	9回	9/30～12/16	8,100円	9月9日(月)	8:45～ 先着受付
火	9:45～11:15		一 般	※若干名	11回	10/1～12/17	9,900円	9月10日(火)	8:45～ 先着受付	
ス ポ ー ツ ・ ト レ ー ニ ン グ 教 室	フレッシュインドアテニス(初級～)	月	10:15～11:45	一 般	※20名	9回	9/30～12/16	14,040円	9月9日(月)	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		※20名	11回	9/26～12/5	17,160円	9月12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	5年以上経験者	20名	11回	9/26～12/5	17,160円	9月12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	一 般	15名	10回	10/4～12/20	15,600円	9月13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	24名	9回	9/30～12/16	14,040円	9月9日(月)	14:30～14:45 抽選
	バドミントン(初級～)	火	9:15～11:00	一 般	※各25名	11回	10/1～12/17	10,450円	9月24日(火)	11:00～11:15 抽選
			11:05～12:50							
	バドミントン(初級・中級)	水	20:00～21:00	一 般	20名	11回	10/2～12/11	5,940円	9月18日(水)	8:45～ 先着受付
	バドミントン(初級・中級)	金	19:00～21:00		35名	10回	10/4～12/6	10,800円	9月13日(金)	8:45～ 先着受付
	卓球(初級・中級)	水	20:00～21:00		30名	11回	10/2～12/11	5,940円	9月11日(水)	17:00～17:15 抽選
	シェイプアップコース(トレーニング室)	月	10:00～12:00	女 性	※28名	9回	9/30～12/16	8,820円	9月9日(月)	12:30～12:45 抽選
		火	13:00～14:30		16名	10回	10/1～12/10	7,500円	9月10日(火)	15:00～15:15 抽選
木		10:00～12:00	※28名		11回	10/3～12/12	10,780円	9月19日(木)	12:30～12:45 抽選	
金		10:30～11:30	15名		12回	10/4～12/20	9,600円	9月13日(金)	8:45～ 先着受付	

- 上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、毎日受付致します。但し、日曜日のみ 17:00 まで)
- 抽選受付時間の1時間前に宝塚市に気象警報が発令され解除されていない場合は、受付日を変更する場合があります。

- 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。いずれも電話での受付はいたしません。
- 親子体育あそび教室(2~3歳児)、幼児体育教室(3~4歳児、4~6歳児)、ぽこ・あ・ぽこ教室(2~3歳児)については、開講日に満年齢に達していること。
- 「ぽこ・あ・ぽこ」及び親子体育あそび教室(2~3歳児)教室については、申し込み人数が45組(親子体育あそび教室(2~3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班 9:45~11:00 B班 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歳児~)となります。但し、下記のとおりの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1回300円とし、**教室申込み時に全回分頂戴**します。(詳しくはお電話でお問い合わせください。)

注2 【託児定員】

木曜日	ソフトエアロビクス 6名	フレッシュインドアテニス 3名	シェイプアップコース 3名	レディース(中級~上級) 2名
月曜日	フレッシュインドアテニス 3名	シェイプアップコース 3名	ヨガ教室前後半 6名	
火曜日	親子体育あそび教室2~3歳児 2名	背骨コンディショニング 3名	バドミントン教室前後半 4名	親子水泳ぺんぎんちゃん 2名
		背骨コンディショニング 3名		アクアビクス 2名

2019年度 第Ⅲ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	10回	9/30～12/16	8,600円	9月9日(月)	8:45～ 先着受付	
ボディメイクピラティス	月	10:15～11:15	一般	※若干名	10回	9/30～12/16	10,000円	9月16日(月)	9:30～9:45 抽選	
	火			※若干名	11回	10/1～12/17	11,000円	9月10日(火)	9:30～9:45 抽選	
	日			若干名	9回	10/6～12/15	9,000円	9月8日(日)	8:45～ 先着受付	
ダンスエアロ	水	10:15～11:15	女性	※若干名	12回	10/2～12/18	10,320円	9月11日(水)	8:45～ 先着受付	
ヘルシーストレッチ	水	13:00～14:15	高齢者	各若干名	各11回	10/2～12/11	9,460円			
前半		14:30～15:45								
ビューティーヨガ	水	11:30～12:30	女性	※ 各若干名	12回	10/2～12/18	10,800円	9月11日(水)		
<del>ハワイアンフラ(3年以上の経験者)</del>	<del>木</del>	<del>11:15～12:15</del>			<del>15回</del>	<del>8/1～11/14</del>	<del>12,900円</del>	<del>7月11日(木)</del>		
<del>ハワイアンフラ入門(初心・初級)</del>	<del>金</del>	<del>11:30～12:30</del>			<del>15回</del>	<del>7/26～11/8</del>	<del>12,900円</del>	<del>7月12日(金)</del>		
Enjoy エアロ	金	10:15～11:15	女性	※若干名	11回	10/4～12/13	9,460円	9月13日(金)		
ベリーダンス入門(初心)	月	11:30～12:30	女性	※ 各若干名	10回	9/30～12/16	10,800円	9月9日(月)		
ベリーダンス初級(振付クラス)	火				11回	10/1～12/17	11,880円	9月10日(火)		
ZUMBA®	木	10:10～11:00	一般	※若干名	11回	10/3～12/12	11,000円	9月12日(木)		
ウェーブストレッチ	土	9:00～10:00	一般	※若干名	10回	10/5～12/14	9,500円	9月14日(土)		8:45～ 先着申込
ストレッチポール	土	10:10～11:00	一般	※若干名	10回		10,000円			
背骨コンディショニング	土	11:15～12:15	一般	※若干名	10回		9,000円			
パワーヨガボディコンディショニング	土	19:30～20:30	一般	若干名	10回		10,000円			

○上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、毎日受付致します。但し、日曜日のみ17:00まで)

○抽選受付時間の1時間前に宝塚市に気象警報が発令され解除されていない場合は、受付日を変更する場合があります。

●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。いずれも電話での受付はいたしません。

注1 ※のついている教室は、託児付き教室（満2歳児～）となります。但し、下記のとおりの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1回**300円**とし、**教室申込み時に全回分頂戴**します。（詳しくはお電話でお問い合わせください。）

注2 託児定員

月曜日	ボディメイクピラティス 6名、ベリーダンス 6名、バドミントン 2名
火曜日	ボディメイクピラティス 8名、ベリーダンス 6名
水曜日	ダンスエアロ 8名、ビューティーヨガ 6名
木曜日	ハワイアンフラ 6名、Zumba® 8名
金曜日	Enjoy エアロ 6名、ハワイアンフラ 6名、インドアテニス 3名
土曜日	ウェーブストレッチ 5名、ストレッチポール 5名、背骨コンディショニング 5名