

募集する教室 及び 日程

	教室名	曜日	時間	定員	対象	回数	期間	受講料	追加募集	電話受付開始日	電話受付時間
水	レディース (初心～初級)	水	12:20～13:20	20名	女性	11回	7/8～9/23	10,450円	若干名	6/30 (火)～	8:45～20:00 ※日曜のみ※ 8:45～17:00 ※6/30のみ※ 10:00～ ※電話での先着受付※ ※お問い合わせ※ 0797-87-5911 (市立スポーツセンター)
	レディース (初級～中級)	水	11:10～12:10	各20名	女性	11回	7/8～9/23	10,450円	若干名		
		木				10回	7/9～9/24	9,500円	若干名		
	レディース (中級～上級)	水	10:00～11:00	15名	4泳法泳げる女性	11回	7/8～9/23	10,450円	若干名		
		木		15名		10回	7/9～9/24	9,500円	若干名		
	成人水泳 (中級)	水	19:15～20:15	各15名	中学生以上 (水)1泳法で 25m以上泳げる方 (金)1泳法で 50m以上泳げる方	11回	7/8～9/23	10,450円	若干名		
	成人水泳 (上級)	金				10回	7/10～9/25	9,500円	若干名		
	成人水泳 (初心～中級)	土				11回	7/11～9/26	10,450円	若干名		
	シニア (初心～初級)	火	12:50～13:50	各15名	60歳以上の男女	各10回	7/7～9/15	9,500円	若干名		
		金	11:10～12:10				募集なし		—		
シニア (初級～中級)	水	13:30～14:30	各25名	60歳以上の男女	11回	7/8～9/23	10,450円	若干名			
	木				10回	7/9～9/24	9,500円	募集なし	—		
水中運動	火	14:00～15:00	各20名	中高齢の男女	10回	7/7～9/15	13,600円	若干名			
	土	11:10～12:10			11回	7/11～9/26	14,960円	若干名			
アクアビクス	火	11:10～12:10	25名	一般	各10回	7/7～9/15	13,600円	若干名			
	金	12:15～13:15	15名			7/10～9/25		若干名			
	土	18:30～19:30	25名			11回		7/11～9/26	14,960円	若干名	
室	親子水泳 ペンギんちゃん らっこちゃん	火	10:00～11:00	30組	6か月から2歳とその保護者	12回	9/15～12/15	16,320円	—		
		金		30組			9/25～12/11		—		
	幼児クラス 3～6歳児	火	15:10～16:20	各35名	就学前の3～6歳児	14回	9/1～12/15	【3～4歳児】19,040円 【5～6歳児】15,120円	—		
		水	15:00～16:10			16回	9/2～12/16	【3～4歳児】21,760円	—		
		木				9/3～12/17	【5～6歳児】17,280円	—			
		金				12:20～13:30	15回	9/4～12/11	【3～4歳児】20,400円	—	
	土	9/5～12/12	【5～6歳児】16,200円	—							
	小学生水泳	火	16:20～17:35	各50名	小学生	14回	9/1～12/15	15,120円	—		
		水	16:10～17:25			16回	9/2～12/16	17,280円	—		
		木				9/3～12/17	—				
金		15回				9/4～12/11	16,200円	—			
小・中学生水泳	火	17:35～18:50	各40名	小・中学生	14回	9/1～12/15	15,120円	—			
	水	17:25～18:40			16回	9/2～12/16	17,280円	—			
	木	17:25～18:40			9/3～12/17	—					
	土	13:30～14:45			15回	9/5～12/12	16,200円	—			

7/15～7/31の間に、すでに申込済みで受講料のお支払いがまだの方はお越しく下さい。

追加募集を行う場合は8月中旬頃にホームページに掲載する予定です。

募集する教室 及び 日程

	教室名	曜日	時 間	対 象	定 員	回 数	期 間	受 講 料	追加募集	電話受付開始日	電話受付時間	
健 康 教 室	ソフエアロビクス	木	10:15~11:15	女 性	30名	9回	7/2~10/15	7,200円	若干名	6/30(火)~	8:45~20:00	
	ヨガ教室	月	9:30~11:00	一 般	各20名	10回	7/6~9/14	8,000円	若干名			
			11:15~12:45						若干名			
			金	13:15~14:45	一 般	20名	15回	9/11~12/18	12,000円			若干名
		いきいき新太極拳	日	14:15~15:45	一 般	30名	13回	9/6~12/13	10,400円			若干名
		ヘルシー&レクリエーション	金	10:15~11:45	60歳以上の男女	40名	9回	7/10~9/25	7,200円			若干名
		骨格改善ストレッチ	水	9:30~10:30	一 般	20名	10回	7/8~9/16	9,000円			若干名
	背骨コンディショニング	月	9:45~11:15	一 般	20名	10回	7/6~9/14	9,000円	若干名			
		火	9:45~11:15	一 般	20名	10回	7/7~9/15	9,000円	募集なし	—		
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	15名	10回	7/6~9/14	15,600円	若干名	6/30(火)~	※日曜のみ※ 8:45~17:00	
	フレッシュインドアテニス(初級~)	木	10:15~11:45		15名	9回	7/9~9/24	14,040円	募集なし	—		
	ナイトインドアテニス(中級~)	木	19:15~20:45	5年以上経験者	15名	9回	7/9~9/17	14,040円	若干名	6/30(火)~	※6/30のみ※ 10:00~	
	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	7/10~9/25	15,600円	若干名			
	インドアシニアテニス(初級~)	月	15:15~16:45	60歳以上の男女	20名	10回	7/6~9/14	15,600円	募集なし	—	※電話での先着受付※ ※お問い合わせ※ 0797-87-5911 (市立スポーツセンター)	
	バドミントン(初級~)	火	9:15~11:00	一 般	各20名	9回	7/7~9/15	8,550円	募集なし	—		
			11:05~12:50						募集なし			
	バドミントン(初級~中級)	水	20:00~21:00		20名	10回	7/8~9/16	5,400円	若干名	6/30(火)~		
	バドミントン(初級~中級)	金	19:00~21:00		25名	10回	7/10~9/25	10,800円	若干名			
	卓球(初級~中級)	水	20:00~21:00		25名	10回	7/8~9/16	5,400円	若干名			
シ ェ イ プ ア ッ プ コ ー ス 教 室	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	13回	9/7~12/21	12,740円	募集なし	—	※すでに申込が済んでいる方は受講料の支払い等にお越しく下さい。 (6/29~)	
	シェイプアップコース(トレーニング室)	火	13:30~15:00		16名	14回	9/1~12/15	10,500円	募集なし	—		
	シェイプアップコース(トレーニング室)	木	10:00~12:00		28名	15回	9/3~12/17	14,700円	募集なし	—		
	やさしいトレーニング&ストレッチ	金	10:30~11:30	一 般	10名	14回	9/4~12/18	11,200円	若干名	6/30(火)~		
親 子 体 操 教 室	幼児体育教室(4~6歳児)	金	14:45~15:45	4~6歳児(就学前)	30名	11回	10/2~12/18	10,780円	若干名			
	親子体育あそび教室(2~3歳児)	火	10:15~11:30	2~3歳児と親	30組	11回	9/29~12/15	10,780円	若干名			
	幼児体育教室(3~4歳児)	月	15:30~16:30	3~4歳児	28名	11回	9/28~12/21	10,780円	若干名			
	ぽこ・あ・ぽこ(2~3歳児) ~体育・音楽・造形あそび教室~	水	10:15~11:30	2~3歳児と親	25組	16回	9/2~12/16	15,680円	募集なし	9月より開講予定です。 7/15~7/31の間に、すでに申込済みで受講料のお支払いがまだの方はお越しく下さい。 追加募集を行う場合は8月中旬頃にホームページに掲載する予定です。		

※第Ⅱ期 幼児体育(月・金)、親子体育あそび(火) シェイプアップ(月・火・木) 教室は9月より開催予定です。

募集する教室 及び 日程

	教室名	曜日	時 間	対 象	定 員	回 数	期 間	受 講 料	追加募集	電話受付開始日	電話受付時間	
末 広 ス タ ジ オ ・ 体 育 館 教 室	朝イチ健康体操	月	9:15~10:00	一 般	15名	10回	7/6~9/14	7,000円	若干名	6/30(火)~	8:45~20:00 ※日曜のみ※ 8:45~17:00 ※6/30のみ※ 10:00~ ※電話での先着受付※ ※お問い合わせ※ 0797-87-5911 (市立スポーツセンター) すでに申込が済んでいる方は受講料の支払い等にお越しく ください。 (6/29~)	
	軽運動&筋膜リリース	月	11:30~12:30	一 般	15名	10回	7/6~9/14	9,000円	若干名			
	ボディメイクピラティス	月	10:15~11:15	一 般	20名	10回	7/6~9/14	10,000円	募集なし	—		
		火			20名	9回	7/14~9/15	9,000円	募集なし	—		
		日			20名	10回	7/5~9/13	10,000円	募集なし	—		
	ベリーダンス(初心~初級)	火	11:30~12:30	女 性	15名	9回	7/14~9/15	9,720円	若干名	6/30(火)~		
	ダンスエアロ	水	10:15~11:15	女 性	15名	12回	7/8~9/30	10,320円	若干名			
	ヘルシーストレッチ	水	前半	高齢者	各15名	各12回	7/8~9/30	10,320円				
			後半									14:30~15:45
	ビューティーヨガ	水	11:30~12:30	女 性	15名	12回	7/8~9/30	10,800円	若干名			
	ハワイアンフラ(3年以上の経験者)	木	11:15~12:15	女 性	各15名	17回	7/9~11/12	14,620円				
	ハワイアンフラ入門(初心・初級)	金	11:30~12:30			17回	7/10~11/13	14,620円				
	Enjoy エアロ	金	10:15~11:15	女 性	15名	10回	7/10~9/25	8,600円	若干名			
	ZUMBA®	木	10:10~11:00	一 般	15名	10回	7/9~9/24	10,000円	募集なし			—
	骨格改善ストレッチ	土	9:00~10:00	一 般	20名	10回	7/11~9/26	9,500円	若干名			6/30(火)~
	ローラーピラティス	土	10:10~11:00	一 般	20名	10回	7/11~9/26	10,000円	若干名			
	背骨コンディショニング	土	11:15~12:15	一 般	20名	10回	7/11~9/26	9,000円	若干名			
	パワーヨガボディコンディショニング	土	19:30~20:30	一 般	20名	10回	7/11~9/26	10,000円	募集なし			
社交ダンス教室	月	13:15~14:45	一 般	15名	11回	9/28~12/14	9,460円	—	9月より開講予定です。			
バドミントン	月	10:00~12:00	一 般	20名	10回	9/7~11/16	10,800円	—	7/15~7/31の間に、すでに申込済みで受講料のお支払いがまだの方はお越しく ください。			
インドアテニス	金	11:15~12:45	一 般	15名	12回	9/4~11/20	18,720円	—	追加募集を行う場合は8月中旬頃にホーム ページに掲載する予定です。			