

2021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	受付開始日	受付時間
水	親子水泳 ぺんぎんちゃん らっこちゃん	火	10:00～11:00	※若干名	6か月から2歳児と	10回	10/5～12/14	13,600円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
		金		若干名	その保護者	11回	10/1～12/10	14,960円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
泳	レディース(初心～初級)	水	12:20～13:20	若干名	女性	10回	10/6～12/15	9,500円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
	レディース(初級～中級)	水	11:10～12:10	各若干名	女性	10回	10/6～12/15	9,500円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
木		11回				10/7～12/16	10,450円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付	
泳	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	10回	10/6～12/15	9,500円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
		木		※若干名		11回	10/7～12/16	10,450円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
教	成人水泳(中級)	水	19:00～20:00	各若干名	中学生以上で25m以上種目泳げる方	10回	10/6～12/15	9,500円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
	成人水泳(上級)	金				11回	10/1～12/10	10,450円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
	成人水泳(初心～中級)	土	10:00～11:00		中学生以上	11回	10/2～12/11	10,450円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
室	シニア(初心～初級)	火	12:35～13:35	各若干名	60歳以上の男女	10回	10/5～12/14	9,500円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
		金	11:10～12:10			11回	10/1～12/10	10,450円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
	シニア(初級～中級)	水	13:30～14:30	各若干名		10回	10/6～12/15	9,500円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
		木				11回	10/7～12/16	10,450円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
水中運動・ウォーキング	火	13:45～14:45	各若干名	中高齢の男女	10回	10/5～12/14	13,600円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付	
	土	11:10～12:10			11回	10/2～12/11	14,960円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付	
アクアビクス		火	11:10～12:10	※若干名	一般	10回	10/5～12/14	13,600円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
		金	12:15～13:15	各若干名		11回	10/1～12/10	14,960円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
		土	18:30～19:30			11回	10/2～12/11	14,960円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付

- 上記のスケジュールにより受付を行います。
- 電話受付は受付開始日から毎日、定員に達するまで先着順で随時受付します。(電話受付時間 9:00～17:00まで 電話 0797-87-5911)
- 各教室とも欠員募集となります。定員の空き状況についてはスポーツセンター 電話 0797-87-5911 へ9月14日午後0時以降にお問い合わせください。
- 電話受付が受理されましたら、正式な申込書に必要事項のご記入、受講料のお支払い手続きが必要となりますので開講日の3日前までにご来館ください。
- 新型コロナウイルスの感染拡大状況によって施設が臨時休館や時短営業となる場合、教室を開講できなくなる場合がありますのであらかじめご了承ください。

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、託児は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】

火曜日 ペんぎんちゃん親子水泳 2名 アクアビクス 2名

木曜日 レディースコース(中級～上級) 2名

2021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	受付開始日	受 付 時 間
健康教室 ・ 親子体操教室 ・ 幼児体育教室	ソフトエアロビクス	木	10:15～11:15	女 性	※若干名	9回	10/21～12/16	7,200円	10月8日(金)	毎日9:00～電話先着受付
	ヨーガ教室	月	9:30～11:00	一 般	※ 各若干名	11回	9/27～12/13	8,800円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
			11:15～12:45							
		金	13:15～14:45	一 般	若干名	15回	9/3～12/10	12,000円	8月15日(日)	毎日9:00～電話先着受付
		日	14:15～15:45	一 般	若干名	14回	9/5～12/19	11,200円	8月15日(日)	毎日9:00～電話先着受付
		金	10:15～11:45	60歳以上の男女	若干名	10回	10/1～12/10	8,000円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
		金	14:45～15:45	4～6歳児(就学前)	若干名	10回	10/1～12/10	9,800円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
		火	10:15～11:30	2～3歳児と親	※若干名	10回	10/5～12/14	9,800円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
		月	15:30～16:30	3～4歳児	若干名	11回	9/27～12/13	10,780円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
		水	10:15～11:30	2～3歳児と親	若干名	15回	9/1～12/15	14,700円	8月15日(日)	毎日9:00～電話先着受付
	水	9:30～10:30	一 般	若干名	11回	9/29～12/15	9,900円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付	
	月	9:45～11:15	一 般	※若干名	11回	9/27～12/13	9,900円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付	
火		9:45～11:15	一 般	※若干名	11回	9/28～12/14	9,900円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付	
スポーツ教室 ・ 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	※若干名	11回	9/27～12/13	17,160円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
	フレッシュインドアテニス(初級～)	木	10:15～11:45		※若干名	11回	9/30～12/9	17,160円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
	ナイトインドアテニス(中級～)	木	19:15～20:45	5年以上経験者	若干名	10回	9/30～12/9	15,600円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
	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	若干名	9回	10/1～12/10	14,040円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
	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	11回	9/27～12/13	17,160円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
	バドミントン(初級～)	火	9:15～11:00	一 般	※ 各若干名	11回	9/28～12/14	10,450円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
			11:05～12:50							
	バドミントン(初級・中級)	水	20:00～21:00	一 般	若干名	11回	9/29～12/15	5,940円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
	バドミントン(初級・中級)	金	19:00～21:00		若干名	10回	10/1～12/10	10,800円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
	卓球(初級・中級)	水	20:00～21:00		若干名	11回	9/29～12/15	5,940円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
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	11回	9/27～12/13	10,780円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付	
シェイプアップコース(トレーニング室)	火	13:30～15:00		若干名	10回	10/5～12/14	7,500円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付	
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	11回	9/30～12/9	10,780円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付	

電話受付は、スポーツセンター 電話0797-87-5911へお願いいたします。

○上記のスケジュールにより受付を行います。

○電話受付は受付開始日から毎日、定員に達するまで先着順で随時受付します。(電話受付時間 9:00～17:00 まで 電話 0797-87-5911)

○各教室とも欠員募集となります。定員の空き状況についてはスポーツセンター 電話 0797-87-5911 へ9月14日午後0時以降にお問い合わせください。

○電話受付が受理されましたら、正式な申込書に必要事項のご記入、受講料のお支払い手続きが必要となりますので開講日の3日前までにご来館ください。

○新型コロナウイルスの感染拡大状況によって施設が臨時休館や時短営業となる場合、教室を開講できなくなる場合がありますのであらかじめご了承ください。

●親子体育あそび教室(2～3歳児)、ぽこ・あ・ぽこ教室(2～3歳児)、幼児体育教室(3～4歳児、4～6歳児)については、開講初日に満年齢に達していることが受講の条件となります。

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、託児は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 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 ヨーガ教室前後半 計6名 背骨コンディショニング 3名

火曜日 親子体育あそび教室2～3歳児 2名 バドミントン教室 前後半 計4名 背骨コンディショニング 3名

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

2021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	受付開始日	受付時間
社交ダンス教室	月	13:15～14:45	一般	若干名	12回	9/27～12/13	10,320円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
ボディメイクピラティス	月	10:15～11:15	一般	※若干名	12回	9/27～12/13	12,000円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
	火			※若干名	10回	10/5～12/14	10,000円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
	日			若干名	12回	9/26～12/12	12,000円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
ダンスエアロ	水	10:15～11:15	女性	※若干名	10回	10/6～12/15	8,600円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
ヘルシーストレッチ	水	13:00～14:15	高齢者	各若干名	各11回	9/29～12/15	9,460円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
前半 後半		14:30～15:45							
ビューティーヨガ	水	11:30～12:30	女性	※若干名	10回	10/6～12/15	9,000円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
ハワイアンフラ(3年以上の経験者)	木	11:15～12:15	女性	※ 各若干名	16回	11/25～3/31	13,760円	11月4日(木)	毎日9:00～電話先着受付
ハワイアンフラ入門(初心・初級)	金	11:30～12:30			15回	11/19～3/25	12,900円	11月4日(木)	毎日9:00～電話先着受付
Enjoy エアロ	金	10:15～11:15	女性	※若干名	11回	10/1～12/10	9,460円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
中・高齢者運動教室	月	11:30～12:30	中・高齢者	若干名	12回	9/27～12/13	10,800円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
ベリーダンス(初心～初級)	火	11:30～12:30	女性	※若干名	10回	10/5～12/14	10,800円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
ZUMBA®	木	10:10～11:00	一般	※若干名	12回	9/30～12/16	12,000円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
骨格改善ストレッチ	土	9:00～10:00	一般	※若干名	11回	10/2～12/11	10,450円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
ローラーピラティス	土	10:10～11:00	一般	※若干名	11回	10/2～12/11	11,000円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
背骨コンディショニング	土	11:15～12:15	一般	※若干名	11回	10/2～12/11	9,900円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付
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	11回	10/2～12/11	11,000円	9月15日(水)	毎日9:00～電話先着受付

電話受付は、スポーツセンター 電話0797-87-5911へお願いいたします。

- 上記のスケジュールにより受付を行います。
- 電話受付は受付開始日から毎日、定員に達するまで先着順で随時受付します。(電話受付時間 9:00～17:00まで 電話0797-87-5911)
- 各教室とも欠員募集となります。定員の空き状況についてはスポーツセンター 電話0797-87-5911へ9月14日午後0時以降にお問い合わせください。
- 電話受付が受理されましたら、正式な申込書に必要事項のご記入、受講料のお支払い手続きが必要となりますので開講日の3日前までにご来館ください。
- 新型コロナウイルスの感染拡大状況によって施設が臨時休館や時短営業となる場合、教室を開講できなくなる場合がありますのであらかじめご了承ください。

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、託児は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	3名
火曜日	ボディメイクピラティス	3名、ベリーダンス 2名
水曜日	ダンスエアロ	3名、ビューティーヨガ 2名
木曜日	Zumba®	2名
金曜日	Enjoy エアロ	2名
土曜日	骨格改善ストレッチ	2名、ローラーピラティス 2名、背骨コンディショニング 2名