

水郷体育館・水郷テニスコート ～受講生募集～



●水郷体育館のスポーツ・プログラム

申込締切／9月20日(月) (必着)

申問 水郷体育館(〒300-0835 大岩田1051 ☎823-4811)

教室名	対象者	曜日	時間	定員	回数	受講料	日程
バレエボール	一般女子	火	10:00～12:00	40人	10	6000円	10/5～12/21
ピラティス	一般男女	火	9:45～10:45	36人	10	5000円	10/5～12/21
ママと赤ちゃんの産後体操A	2～10か月児とその親	火	10:00～11:00	13組(26人)	8	6000円	10/5～12/7
ママと赤ちゃんの産後体操B	2～10か月児とその親	火	11:15～12:15	13組(26人)	8	6000円	10/5～12/7
エアロビクス午前	一般男女	火	11:00～12:00	36人	10	5000円	10/5～12/21
バランスボール	一般男女	火	13:30～14:30	20人	10	5000円	10/5～12/21
エアロビクス夜間	一般男女	火	19:00～20:00	36人	10	5000円	10/5～12/21
ルーシーダットン(タイ古式ヨガ)	一般男女	火	20:10～21:00	36人	10	5000円	10/5～12/21
親子エアロビクスA	1歳半～4歳児とその親	水	9:45～10:45	25組(50人)	10	5000円	10/6～12/15
親子エアロビクスB	1歳半～4歳児とその親	水	11:00～12:00	25組(50人)	10	5000円	10/6～12/15
リズム&ソフトヨガ	一般男女	水	14:00～15:00	30人	10	5000円	10/6～12/15
ジュニアエアロビックA	小学1・2年生	水	17:00～18:00	20人	10	6000円	10/6～12/15
ジュニアエアロビックB	小学3～6年生	水	17:30～18:30	20人	10	6000円	10/6～12/15
パワーヨガ夜間初級	一般男女	水	18:45～19:45	36人	10	5000円	10/6～12/15
パワーヨガ夜間中級	一般男女	水	20:00～21:00	36人	10	5000円	10/6～12/15
ペルビック・ストレッチ(骨盤矯正)	一般男女	木	9:50～10:50	20人	8	6000円	10/21～12/9
ストレッチ&ヨガ	一般男女	木	11:00～12:00	36人	10	5000円	10/7～12/16
フットセラピー	一般男女	木	13:30～14:30	20人	8	6000円	10/21～12/9
ハワイアン・フラ夜間	一般女子(16歳以上)	木	19:30～20:30	30人	10	5000円	10/7～12/16
さわやか健康体操	一般男女	金	9:15～10:15	30人	10	5000円	10/8～12/17
パワーヨガ午前初級	一般男女	金	10:30～11:30	36人	10	5000円	10/8～12/17
やさしいピラティス	一般男女	金	14:30～15:30	36人	10	5000円	10/22～12/24
ハワイアン・フラ午前	一般女子(16歳以上)	土	10:30～11:30	30人	10	5000円	10/9～12/18
キッズHIPHOP A	4～6歳児	土	13:00～14:00	10人	10	6000円	10/9～12/18
キッズHIPHOP B	小学生男女	土	14:00～15:00	20人	10	6000円	10/9～12/18
ベリーダンス	一般女子	日	16:00～17:00	20人	10	8000円	10/10～12/19

※バランスボールを受講する方は、55cmのバランスボールが必要になります。

●水郷テニスコートの硬式テニス

申込締切／9月14日(火) (必着)

申問 水郷テニスコート(〒300-0835 大岩田580 ☎824-0880)

教室名	対象者	曜日	時間	定員	回数	受講料	日程
初心初級 基本の習得	高校生以上	火	18:00～19:30	20人	8	6000円	9/28～11/30
初心初中級 基本・応用	高校生以上	火	19:30～21:00	40人	8	6000円	9/28～11/30
中級 試合想定	高校生以上	水	19:30～21:00	24人	8	9000円	10/6～12/1
初心初中級 基本・応用	高校生以上	木	19:30～21:00	40人	8	6000円	10/7～11/25
初心初級 基本の習得	高校生以上	金	10:00～11:30	40人	8	6000円	10/8～11/26
初心初級 基本の習得	小学生	日	13:30～14:30	30人	6	3600円	10/3～11/14

◎共通

申込方法／往復はがきに、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望教室(曜日・時間)、

はがき1枚につき1人1教室)を記入し郵送または窓口に官製はがきを持参

※定員を超えたときは抽選(申込少数のときは、中止となることがあります)

※受講料に保険料が含まれます。

