

水郷体育館・水郷テニスコート スポーツ・プログラム受講生募集

●水郷体育館のスポーツ・プログラム

【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	受講料	期間	回数
バレーボール	一般女子	火	10:00～12:00	40人	6,000円	1/18～3/29	10回
ピラティス	一般男女	火	9:45～10:45	36人	5,000円	1/18～3/29	10回
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)	6,000円	1/18～3/8	8回
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)	6,000円	1/18～3/8	8回
エアロビクス午前	一般男女	火	11:00～12:00	36人	5,000円	1/18～3/29	10回
バランスボール	一般男女	火	13:30～14:30	20人	5,000円	1/18～3/29	10回
エアロビクス夜間	一般男女	火	19:00～20:00	36人	5,000円	1/18～3/29	10回
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	5,000円	1/18～3/29	10回
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)	5,000円	1/12～3/16	10回
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)	5,000円	1/12～3/16	10回
リズム&ソフトヨガ	一般男女	水	14:00～15:00	30人	5,000円	1/12～3/16	10回
ジュニアエアロビックA	小学1・2年生	水	17:00～18:00	20人	6,000円	1/12～3/16	10回
ジュニアエアロビックB	小学3～6年生	水	17:30～18:30	20人	6,000円	1/12～3/16	10回
パワーヨガ夜間初級	一般男女	水	18:45～19:45	36人	5,000円	1/12～3/16	10回
パワーヨガ夜間中級	一般男女	水	20:00～21:00	36人	5,000円	1/12～3/16	10回
ベルビク・ストレッチ(骨盤矯正)	一般男女	木	9:50～10:50	20人	6,000円	1/20～3/10	8回
ストレッチ&ヨガ	一般男女	木	11:00～12:00	36人	5,000円	1/13～3/17	10回
ハワイアン・フラ夜間	16歳以上の女子	木	19:30～20:30	30人	5,000円	1/13～3/17	10回
さわやか健康体操	一般男女	金	9:15～10:15	30人	5,000円	1/14～3/25	10回
パワーヨガ午前初級	一般男女	金	10:30～11:30	36人	5,000円	1/14～3/25	10回
やさしいピラティス	一般男女	金	14:30～15:30	36人	5,000円	1/14～3/25	10回
ハワイアン・フラ午前	16歳以上の女子	土	10:30～11:30	30人	5,000円	1/15～3/19	10回
キッズHIPHOP A	4～6歳児	土	13:00～14:00	10人	6,000円	1/8～3/19	10回
キッズHIPHOP B	小学生	土	14:00～15:00	20人	6,000円	1/8～3/19	10回
健康太極拳・八段錦	一般男女	土	15:15～16:45	20人	5,000円	1/15～3/19	10回
ベリーダンス	一般女子	日	16:00～17:00	20人	8,000円	1/9～3/27	10回

※受講料には保険料が含まれます。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教室

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

レベル	対象者	曜日	時間	定員	受講料	期間	回数
初心初級(基本の習得)	高校生以上	火	18:00～19:30	20人	6,000円	1/18～3/8	8回
初心初中級(基本・応用)	高校生以上	火	19:30～21:00	40人	6,000円	1/18～3/8	8回
中級(試合想定)	高校生以上	水	19:30～21:00	24人	9,000円	1/19～3/9	8回
初心初中級(基本・応用)	高校生以上	木	19:30～21:00	40人	6,000円	1/20～3/10	8回
初心初級(基本の習得)	高校生以上	金	10:00～11:30	40人	6,000円	1/14～3/11	8回

申込方法／往復はがきを郵送(住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望教室(曜日・時間)を記入)または官製はがきを窓口を持参し直接

※はがき1枚につき1人(組)1講座を申し込んでください。

申込締切／水郷体育館…12月21日(火)(必着)、水郷テニスコート…12月14日(火)(必着)

※定員を超えたときは抽選(申込人数が少数のときは、中止となることがあります)

