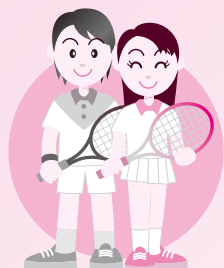


スポーツプログラム

受講生募集



この春から、スポーツを初めてみてはいかがでしょうか？

申込方法／住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望教室(曜日・時間)を記入し、往復はがきを郵送または官製はがきを窓口へ持参
※はがき 1 枚につき 1 教室の申し込みのみ
申込締切／

◇水郷体育館… 3 月 20 日(日) (必着)

◇水郷テニスコート… 3 月 21 日(月) (必着)

◎定員を超えたときは抽選。また、申込人数が少数のときは、中止になる場合があります。

●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	曜日	時間	日程	回数	定員	受講料※ ¹
バレーボール	一般女子	火	10:00～12:00	4/5～6/28	10回	40人	6,000円
ピラティス	一般男女	火	9:45～10:45	4/12～6/21	10回	36人	5,000円
ママと赤ちゃんの産後体操A	2～10か月児親子	火	10:00～11:00	4/12～6/14	8回	13組(26人)	6,000円
ママと赤ちゃんの産後体操B	2～10か月児親子	火	11:15～12:15	4/12～6/14	8回	13組(26人)	6,000円
エアロビクス【午前】	一般男女	火	11:00～12:00	4/12～6/21	10回	36人	5,000円
NEW バランスボール&ストレッチ※ ²	一般男女	火	13:30～14:30	4/12～6/21	10回	20人	5,000円
エアロビクス【夜間】	一般男女	火	19:00～20:00	4/12～6/21	10回	36人	5,000円
ルーシーダットン(タイ古式ヨガ)	一般男女	火	20:10～21:00	4/12～6/21	10回	36人	5,000円
NEW 親子リトミック体操A	1歳半～4歳児親子	水	9:45～10:45	4/13～6/22	10回	25組(50人)	5,000円
NEW 親子リトミック体操B	1歳半～4歳児親子	水	11:00～12:00	4/13～6/22	10回	25組(50人)	5,000円
リズム&ソフトヨガ	一般男女	水	14:00～15:00	4/13～6/22	10回	30人	5,000円
NEW ジュニア体操教室	年長～小学3年男女	水	16:30～17:30	4/13～6/22	10回	20人	6,000円
ジュニアエアロビクス	小学3～6年男女	水	17:30～18:30	4/13～6/22	10回	20人	6,000円
パワーヨガ【夜間・初級】	一般男女	水	18:45～19:45	4/13～6/22	10回	36人	5,000円
パワーヨガ【夜間・中級】	一般男女	水	20:00～21:00	4/13～6/22	10回	36人	5,000円
ベルビク・ストレッチ(骨盤矯正)	一般男女	木	9:50～10:50	4/21～6/23	8回	20人	6,000円
ストレッチ&ヨガ	一般男女	木	11:00～12:00	4/14～6/23	10回	36人	5,000円
ハワイアン・フラ【夜間】	一般女子(16歳以上)	木	19:30～20:30	4/14～6/23	10回	30人	5,000円
NEW おめざめ体操	一般男女	金	9:15～10:15	4/8～6/24	10回	30人	5,000円
パワーヨガ【午前・初級】	一般男女	金	10:30～11:30	4/8～6/24	10回	36人	5,000円
NEW よさこいソーラン	一般男女	金	11:45～13:15	4/15～6/24	8回	25人	6,000円
やさしいピラティス	一般男女	金	14:30～15:30	4/8～6/24	10回	36人	5,000円
ハワイアン・フラ【午前】	一般女子(16歳以上)	土	10:30～11:30	4/9～6/18	10回	30人	5,000円
キッズHIPHOP A	4～6歳男女	土	13:00～14:00	4/16～6/25	10回	10人	6,000円
キッズHIPHOP B	小学生男女	土	14:00～15:00	4/16～6/25	10回	20人	6,000円
ベリーダンス	一般女子	日	16:00～17:00	4/10～6/26	10回	20人	8,000円

※¹ 受講料には保険料が含まれます。 ※² 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)

教室名【レベル】	対象	曜日	時間	日程	回数	定員	受講料※ ¹
基本の習得【初心・初級】	高校生以上	火	18:00～19:30	4/5～5/31	8回	20人	6,000円
基本・応用【初心・初中級】	高校生以上	火	19:30～21:00	4/5～5/31	8回	40人	6,000円
試合想定【中級】	高校生以上	水	19:30～21:00	4/6～6/1	8回	24人	9,000円
基本・応用【初心・初中級】	高校生以上	木	19:30～21:00	4/7～6/2	8回	40人	6,000円
基本の習得【初心・初級】	一般男女	金	10:00～11:30	4/15～6/10	8回	40人	6,000円

※¹ 受講料には保険料が含まれます。