

水郷体育館

スポーツプログラム受講生募集!



申込方法／往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望プログラム(はがき1枚につき1教室)を記入して水郷体育館に郵送、または郵便はがきを窓口に持参

申込締切／6月20日(金)(必着) ※月曜休館

- ◎定員を超えたときは抽選となります。また、申込者が少ない場合には中止となることがあります。抽選の当落およびプログラム開講の有無についてははがきでお知らせします。

申問 水郷体育館(〒300-0835 大岩田1051番地 ☎823-4811)

教室名	対象	曜日	時間	定員	回数	受講料	日程
ピラティス	一般男女	火	9:45~10:45	36人	10	5200円	7/1~9/30
バレーボール	一般女子	火	10:00~12:00	40人	8	5000円	7/8~9/9
ママと赤ちゃんの産後体操	2~10か月親子	火	10:30~11:30	13組(26人)	8	6000円	7/1~9/2
エアロビクス午前	一般男女	火	11:00~12:00	36人	10	5200円	7/1~9/30
バランスボール&ストレッチ	一般男女	火	13:30~14:30	25人	10	5200円	7/8~9/30
ジュニア体操	年長~小学3年男女	火	17:00~18:00	20人	10	6000円	7/1~9/30
エアロビクス夜間	一般男女	火	19:00~20:00	36人	10	5200円	7/1~9/30
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	5200円	7/1~9/30
親子リトミック体操(A)	1歳半~4歳児親子	水	9:45~10:45	25組(50人)	10	5000円	7/2~9/17
親子リトミック体操(B)	1歳半~4歳児親子	水	11:00~12:00	25組(50人)	10	5000円	7/2~9/17
ソフトヨガ(初心者)	一般男女	水	14:00~15:00	35人	10	5200円	7/2~9/17
パワーヨガ水曜初級	一般男女	水	18:45~19:45	45人	10	5200円	7/2~9/17
パワーヨガ水曜中級	一般男女	水	20:00~21:00	45人	10	5200円	7/2~9/17
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	10	7200円	7/3~9/18
ストレッチ&ヨガ	一般男女	木	11:00~12:00	45人	10	5200円	7/3~9/18
骨盤エクササイズ	一般男女	木	19:00~19:50	20人	6	3200円	7/3~9/18
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	5200円	7/3~9/18
のびのびヨガ	一般男女	木	20:00~20:50	20人	6	3200円	7/3~9/18
姿勢矯正 うしろ姿美人	一般男女	金	9:30~10:30	30人	10	5200円	7/4~9/12
パワーヨガ金曜午前初級	一般男女	金	10:35~11:35	45人	10	5200円	7/4~9/12
リラックスヨガ(初心者向け)	一般男女	金	19:15~20:15	20人	10	5200円	7/4~9/12
パワーヨガ金曜夜間初級	一般男女	金	19:40~20:40	45人	10	5200円	7/4~9/12
ハワイアン・フラ午前	一般女子(16歳以上)	土	10:00~11:00	30人	10	5200円	7/5~9/13
キッズHIPHOP A	4歳~未就学児	土	11:15~12:15	10人	10	6000円	7/12~9/20
キッズHIPHOP B	小学1~3年生	土	13:00~14:00	20人	10	6000円	7/12~9/20
キッズHIPHOP C	小学4~6年生	土	14:00~15:00	20人	10	6000円	7/12~9/20
健康太極拳・八段錦	一般男女	土	15:15~16:45	30人	10	5200円	7/5~9/13
ベリーダンス	一般女子	日	11:00~12:00	20人	8	6500円	7/13~9/21

※受講料には保険料が含まれます。

※バランスボール受講の方は、55cmのバランスボールが必要になります。

※各プログラムの日程は、講師の都合などにより変更になる場合もございますので、あらかじめご了承ください。