

亀城プラザ 第1期フィットネス &カルチャー講座

亀城プラザ(〒300-0043 中央二丁目16-4 ☎824-3121)

- ☑往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望講座を記入して郵送、または郵便はがきを窓口へ持参
※水曜休館。はがき1枚につき1人1講座の申し込み
※親子の講座はお子様の氏名(ふりがな)、年齢も記入
☑3月18日(月)(必着)
※定員を超えたときは抽選。また、申込少数の場合は、中止となる場合があります。

曜日	講座名	対象	時間	日程	回数	定員	受講料 ^{※1}
月	からだ改善ヨガA	一般男女	9:30~10:30	4/9~6/18	10	20人	5000円
	からだ改善ヨガB		11:00~12:00				
月	楊名時八段錦太極拳基本講座	一般男女	13:30~15:00	4/9~6/18	10	40人	6000円
月	からだ痩身ヨガ	一般男女	19:30~20:30	4/9~6/18	10	40人	5000円
火	おやこヨガ	生後5か月~3歳児と保護者	10:30~11:30	4/3~6/19	6	20組(40人)	4500円
火	アタッチメントベビーマッサージ	生後2か月~未歩行児と保護者	10:30~12:00	4/10~6/26	6	20組(40人)	4500円 ^{※2}
火	骨盤スリムピラティス	一般男女	19:30~20:30	4/10~6/19	10	40人	5000円
火	デジタル一眼レフカメラ講座(応用)	一般男女	19:30~21:30	4/10~5/22	6	25人	5700円
木	らくらく骨盤体操	一般男女	11:10~12:10	4/12~6/21	10	40人	5000円
木	はじめてのハーモニカ	一般男女	12:30~13:30	4/12~6/14	8	15人	6800円 ^{※3}
木	楽しく吹こうハーモニカ	一般男女	13:30~14:30	4/12~6/14	8	15人	6800円 ^{※3}
木	うさぎ先生のKid's運動(木曜クラス)	小学1~3年生	16:30~17:15	4/12~6/21	10	14人	10000円
金	モーニング★ヨガ	一般男女	9:30~10:30	4/13~6/22	10	40人	5000円
金	こどもアートスクール	小学生	18:00~19:15	4/13~6/22	10	20人	10000円
金	USAGI先生の筋トレエクササイズ	一般男女	19:30~20:30	4/13~6/22	10	25人	7500円
土	うさぎ先生のKid's運動(幼児Aクラス)	4~6歳児	14:00~14:45	4/14~6/23	10	各14人	10000円
	うさぎ先生のKid's運動(幼児Bクラス)	4~6歳児	15:00~15:45				
	うさぎ先生のKid's運動(土曜クラス)	小学1~3年生	16:00~16:45				

※1…別途テキスト代あり ※2…別途オイル代あり ※3…初回時にハーモニカを購入可能(要予約)

水郷テニスコート 硬式テニス教室

水郷テニスコート(〒300-0835 大岩田580 ☎824-0880)

- ☑高校生以上
☑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)を記入して郵送、または郵便はがきを窓口へ持参
※月曜休館。はがき1枚につき1教室の申し込み(連名は不可)
☑3月20日(火)(必着)
※定員を超えたときは抽選。また、申込少数の場合は、中止となる場合があります。

曜日	教室名	時間	日程	回数	定員	受講料 ^{※1}
火	初心初中級【基本・応用】	19:30~21:00	4/10~6/5	8	40人	6000円
水	中級【試合想定】	19:30~21:00	4/11~6/6	8	24人	9000円
木	初心初中級【基本・応用】	19:30~21:00	4/12~6/7	8	40人	6000円
金	初心初級【基本の修得】	10:00~11:30	4/13~7/6	10	40人	7500円

※1…受講料は保険料を含む