

2024年度《成人三ヶ月制教室》 申込状況

【10・11・12月】

○開催日は教室カレンダーをご覧ください。

○空き教室へは先着順にて受付窓口にてお申込みいただけます。(下記参照)

◆は一般の方もご参加いただけます。

※祝日・年末(29～31日)はお休みです(教室カレンダー参照)

| 曜日 | 開催教室 | 定員 | 申込状況 | 時間 | | 対象者 | 開催場所 | 1回の金額 ◆は一般料金 | 会費 ◆は一般料金 |
|----|--------------|-----|------|---------------|------|-------|------------|-----------------|-------------------|
| 火 | ◆ヨガ | 40名 | 空きあり | 10:00 ~ 11:00 | 60分 | 18歳以上 | 体育館 | 800円 ◆900円 | 9600円 ◆10800円 |
| | ◆リズム体操9:30~ | 15名 | 空きあり | 9:30 ~ 10:15 | 45分 | | 多目的 ルーム | | |
| | リズム体操10:30~ | 15名 | 空きあり | 10:30 ~ 11:15 | 45分 | | 多目的 ルーム | | |
| | 水中運動 | 15名 | 空きあり | 10:00 ~ 10:50 | 50分 | | プール | | |
| | 成人水泳(ビギナー) | 10名 | 満員 | 11:00 ~ 11:50 | 50分 | | プール | | |
| 水 | ◆スポーツウェルネス吹矢 | 30名 | 空きあり | 9:30 ~ 11:30 | 120分 | 18歳以上 | 体育館 | 1400円 ◆1600円 | 18200円 ◆20800円 |
| | ◆筋トレ&ストレッチ | 15名 | 満員 | 10:00 ~ 11:00 | 60分 | | 多目的 ルーム | 800円 ◆900円 | 10400円 ◆11700円 |
| | エアロビクス | 15名 | 満員 | 19:30 ~ 20:30 | 60分 | | 多目的 ルーム | | |
| 木 | 初めてピラティス | 13名 | 満員 | 10:30 ~ 11:30 | 60分 | 18歳以上 | 多目的 ルーム | 800円 ◆900円 | 10400円 ◆11700円 |
| | ◆水中運動 | 15名 | 空きあり | 10:00 ~ 10:50 | 50分 | | プール | | |
| | 成人水泳(ミドル) | 10名 | 満員 | 11:00 ~ 11:50 | 50分 | | プール | | |
| 金 | ◆フラダンス | 15名 | 満員 | 10:00 ~ 11:00 | 90分 | 18歳以上 | 多目的 ルーム | 800円 ◆900円 | 10400円 ◆11700円 |
| | ◆成人卓球 | 15名 | 空きあり | 11:45 ~ 13:15 | 90分 | | 体育館 | 1200円 ◆1350円 | 15600円 ◆17550円 |
| | 初めてピラティス | 13名 | 満員 | 12:30 ~ 13:30 | 60分 | | 多目的 ルーム | | |
| | ◆太極拳 | 15名 | 空きあり | 14:00 ~ 15:00 | 60分 | | 多目的 ルーム | | |
| | 筋トレ&ストレッチ | 15名 | 満員 | 19:00 ~ 20:00 | 60分 | | 多目的 ルーム | 800円 ◆900円 | 10400円 ◆11700円 |
| | ◆成人水泳(ミドル) | 10名 | 満員 | 10:00 ~ 10:50 | 50分 | | プール | | |
| | アクアビクス | 15名 | 満員 | 11:00 ~ 11:50 | 50分 | | プール | | |
| 土 | ヨガ | 15名 | 満員 | 10:30 ~ 11:30 | 60分 | 18歳以上 | 多目的 ルーム | 800円 | 9600円 |

●見学可(予約不要) ●教室の体験は行っていません。

《注意事項》

○この教室は2024年10・11・12月開催の成人三ヶ月制教室です。

○会費は前払い、現金一括でお支払いください。

○教室受付は、開始時間15分前からです。

○会員の方は毎回会員証の提示をお願いします。

○教室開始・終了後の施設内・外での長時間の滞在はおやめください。

【空き教室への申込方法】

9/17(火)より窓口にて申込書をご記入の上、開始日から最終日までの会費を現金で一括でお支払いください。お電話での予約・申込みは行っていません。受付窓口へお越しください。