

宝が池公園運動施設 2023年11月 教室日程



お問い合わせ：075-746-3222

	教室名	曜日	対 象	時 間	日程（受講料）
体 育 館	フットサル	月	5歳～未就学児	15:10～16:00	6・13・20・27（月謝 ¥4,400）
			小学1年～3年生	16:15～17:15	
			小学4年～6年生	17:30～18:45	
	卓球	火	一 般	9:00～10:45	7・14・21・28（月謝 ¥6,600）
				11:00～12:45	
	*はつらつ筋トレ(水)	水	65歳以上	10:30～11:30	1・8・15・29（月謝 ¥3,200）
	*筋力トレーニング		65歳以上	11:45～12:45	1・8・15・29（月謝 ¥4,400）
	バスケ		小学1年～3年生	18:00～19:20	1・8・15・22（月謝 ¥8,000）
			小学4年～6年生	19:30～20:50	
	バドミントン	金	一 般	9:00～11:00	10・17・24（月謝 ¥4,950）
	*はつらつ筋トレ(金①)		65歳以上	9:30～10:30	10・17・24（月謝 ¥2,400）
	*はつらつ筋トレ(金②)			10:45～11:45	
	ソフトテニス		小学4年～中学生	19:00～21:00	17・24・12/1（月謝 ¥4,950）
「*」は、会議室で実施となります。					

お問い合わせ：075-712-3300

	教室名	曜日	対象	時間	日程（受講料）
クラブハウス2階多目的	ヨガ	月	一般	10:00～11:15	6・13・20・27（月謝 ¥4,400）
				11:30～12:45	
	簡単エアロ&ストレッチ		一般	13:00～14:00	
	はつらつ筋トレ(火)	火	65歳以上	13:30～14:30	7・14・21・28（月謝 ¥3,200）
	はじめてピラティス	水	一般	9:30～10:30	8・15・22・29（月謝 ¥4,400）
	ピラティス			10:45～11:45	
	すこやかキッズ体操		4歳～小学1年生	15:30～16:30	
			小学1年～3年生	16:45～17:45	
	チェアピクス	木	一般	10:00～11:00	2・9・16・30（月謝 ¥4,400）
	ストレッチ&筋トレ		一般	11:30～12:30	
	キッズダンス		5歳～小学6年生	17:00～18:00	2・9・16（月謝 ¥3,300） 予備日 30
	ヨガ	金	一般	10:00～11:15	10・17・24（月謝 ¥3,300）
				11:30～12:45	

【注意事項】

動きやすい服装・タオル・お飲み物をご持参の上、ご参加ください。

○レッスン日につきましては変更される場合がございます。

○受講料金は、実施回数によって変動します。 ○「一般」は、16歳以上とします。

○全教室、体験受講（有料）をお勧めいたします（各教室1回）

定員に達している教室の体験はお受けできません。

○バスケ教室は入会金¥4,800（リバーシブルピブス贈呈）必要になります。

○継続をご希望の方は10月27日までに11月分の受講料金をお支払いください。

