

宝が池公園運動施設 2024年度4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 | 1・8・15・22（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 11:00～12:45 | 2・9・16・23（月謝 ¥6,600） |
| | *はつらつ筋トレ(水) | 水 | 65歳以上 | 10:30～11:30 | 3・10・17・24（月謝 ¥3,200） |
| | *筋力トレーニング | | 65歳以上 | 11:45～12:45 | 3・10・17・24（月謝 ¥4,400） |
| | バスケ | | 小学1年～3年生 | 18:00～19:20 | 3・10・17・24（月謝 ¥8,000） |
| | | 小学4年～6年生 | 19:30～20:50 | | |
| | バスケ | 木 | 小学1年～3年生 | 18:00～19:20 | 4・11・18・25（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 | 5・12・19・26（月謝 ¥6,600） |
| | *はつらつ筋トレ(金①) | | 65歳以上 | 9:30～10:30 | 5・12・19・26（月謝 ¥3,200） |
| | *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 | 5・12・19・26（月謝 ¥6,600） | |
| 「*」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 | 1・8・15・22（月謝 ¥4,400） |
| | | | | 11:30～12:45 | |
| | 簡単エアロ&ストレッチ | 月 | 一般 | 13:00～14:00 | 8・15・22（月謝 ¥3,300） |
| | はつらつ筋トレ(火) | 火 | 65歳以上 | 13:30～14:30 | 2・9・16・23（月謝 ¥3,200） |
| | はじめてピラティス | 水 | 一般 | 9:30～10:30 | 3・10・17・24（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 | |
| | | 小学1年～3年生 | 16:45～17:45 | | |
| | チェアピクス | 木 | 一般 | 10:00～11:00 | 4・11・18・25（月謝 ¥4,400） |
| | ストレッチ&筋トレ | | | 11:30～12:30 | |
| | キッズダンス | | | 4歳～小学3年生 | |
| | | 小学4年～ダンス経験者 | 17:45～18:45 | | |
| | ヨガ | 金 | 一般 | 10:00～11:15 | 5・12・19・26（月謝 ¥4,400） |
| | 11:30～12:45 | | | | |
| チア | 4歳～小学1年生 | | | 16:30～17:30 | 5・12・19・26（月謝 ¥8,400） |
| | 小学2年～6年生 | | | 17:45～18:45 | |
| | 中学1年～高校3年生 | 19:00～20:15 | 5・12・19・26（月謝 ¥10,400） | | |

【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（リバーシブルピクス贈呈）が別途必要になります。
- チア教室は入会金 小学生¥4,400、中学生¥6,490(ボンボン、Tシャツ贈呈)が別途必要になります。
- 継続をご希望の方は3月27日までに4月分の受講料金をお支払いください。

