

# スポーツ教室のご案内

## 大人3か月教室(対象 高校生以上)

お申込み開始 継続 9月1日(日) 新規 9月18日(水)

| 教室                     | クラス |                                   | 曜日 | 時間          | 定員  | 開催予定日 |    |    |    |    | 会費(税込み)                      |
|------------------------|-----|-----------------------------------|----|-------------|-----|-------|----|----|----|----|------------------------------|
| 健康づくり<br>熟年体操<br>第一体育場 | A   | 有酸素運動や筋力                          | 木  | 9:20～10:50  | 60名 | 10月   | 10 | 17 | 24 | 31 | 5,130円<br>3か月12回<br>体験料 430円 |
|                        | B   | 運動で疲れにくい                          |    | 11:00～12:30 |     | 11月   | 7  | 14 | 21 | 28 |                              |
|                        | C   | 身体を目指します                          |    | 13:00～14:30 |     | 12月   | 5  | 12 | 19 | 26 |                              |
|                        | D   |                                   |    | 14:40～16:10 |     |       |    |    |    |    |                              |
| 太極拳<br>第二体育場           | A   | 初心者24式                            | 水  | 10:30～12:00 | 35名 | 10月   | 2  | 9  | 16 | 23 | 6,630円<br>3か月10回<br>体験料 670円 |
|                        | B   | 24式+総合                            |    | 12:30～14:00 |     | 11月   | 6  | 13 | 20 | 27 |                              |
|                        | C   | 48式                               |    | 14:10～15:40 |     | 12月   | 4  | 11 |    |    |                              |
| ピラティス<br>多目的室          |     | 機能改善バランスのとれたボディに                  | 水  | 9:30～10:30  | 20名 | 10月   | 2  | 9  | 16 | 23 |                              |
|                        |     |                                   |    |             |     | 11月   | 6  | 13 | 20 |    |                              |
|                        |     |                                   |    |             |     | 12月   | 4  | 11 | 18 |    |                              |
| ヨガ<br>多目的室             | A   | ポーズや呼吸法                           | 木  | 9:30～10:30  | 28名 | 10月   | 3  | 10 | 17 | 24 |                              |
|                        | B   | 瞑想をベースに心身をリラックス                   |    | 10:45～11:45 |     | 11月   | 7  | 14 | 21 | 28 |                              |
|                        | 金   | ポーズや呼吸法<br>瞑想をベースに心身をリラックス        | 金  | 9:30～10:30  | 25名 | 10月   | 4  | 11 | 18 | 25 |                              |
| 癒しのヨガ<br>多目的室          |     | ゆったりとした動きの癒しのヨガ                   | 木  | 18:30～19:30 | 25名 | 10月   | 3  | 10 | 17 | 31 |                              |
|                        |     |                                   |    |             |     | 11月   | 7  | 14 | 21 | 28 |                              |
|                        |     |                                   |    |             |     | 12月   | 5  | 12 |    |    |                              |
| ソフトエアロビクス<br>多目的室      |     | 音楽に合わせて身体全体をほぐし、ダンスステップを無理なく楽しみます | 金  | 10:45～11:45 | 25名 | 10月   | 4  | 18 | 25 |    |                              |
|                        |     |                                   |    |             |     | 11月   | 1  | 8  | 15 | 22 |                              |
|                        |     |                                   |    |             |     | 12月   | 6  | 13 | 20 |    |                              |
| 卓球<br>第二体育場            | A   | レベル分けなし<br>趣味から本気まで               | 木  | 12:20～13:50 | 25名 | 10月   | 3  | 10 | 17 | 31 |                              |
|                        | B   |                                   |    | 14:10～15:40 |     | 11月   | 7  | 14 | 21 | 28 |                              |
|                        | C   |                                   |    | 16:00～17:30 |     | 12月   | 5  | 12 |    |    |                              |

## こども3か月教室

|                |   |                             |   |              |     |             |     |    |    |    |                              |
|----------------|---|-----------------------------|---|--------------|-----|-------------|-----|----|----|----|------------------------------|
| こども空手<br>第二体育場 |   | 年長～小学生                      | 水 | 16:50～17:50  | 20名 | 10月         | 2   | 9  | 16 | 23 | 6,630円<br>3か月10回<br>体験料 670円 |
|                |   |                             |   |              |     | 11月         | 6   | 13 | 20 |    |                              |
|                |   |                             |   |              |     | 12月         | 4   | 11 | 18 |    |                              |
| フットサル<br>第一体育場 | A | 小学低学年                       | 木 | 17:30～19:00  | 25名 | 10月         | 3   | 10 | 17 | 24 |                              |
|                | B | 小学高学年                       |   | 17:30～19:00  |     | 11月         | 7   | 14 | 28 |    |                              |
|                |   |                             |   |              |     | 12月         | 5   | 12 | 19 |    |                              |
| キッズ体操<br>第二体育場 | A | 1歳半～2歳児 } 親子<br>2歳～3歳児 } 体操 | 金 | 10:00～11:00  | 20名 | 10月         | 4   | 11 | 18 | 25 |                              |
|                | B |                             |   | 11:15～12:15  |     | 11月         | 1   | 8  | 15 | 29 |                              |
|                | D |                             |   | 本年度3歳(プレ)～年長 |     | 14:30～15:30 | 12月 | 6  | 13 |    |                              |
|                | E | 年少～年長                       |   | 15:45～16:45  |     |             |     |    |    |    |                              |
|                | F | 本年度3歳(プレ)～年長                |   | 13:00～14:00  | 10月 | 5           | 12  | 19 | 26 |    |                              |
|                | G | 年長～小3年生                     |   | 14:15～15:15  | 11月 | 2           | 9   | 16 | 23 | 30 |                              |
| 少女新体操<br>第一体育場 | A | 初心者                         | 金 | 16:50～18:00  | 45名 | 10月         | 4   | 11 | 18 | 25 |                              |
|                | B | 経験者                         |   | 18:10～19:20  |     | 11月         | 1   | 15 | 22 | 29 |                              |
|                | C | 上級者                         |   | 19:30～20:40  |     | 12月         | 6   | 13 |    |    |                              |

ご入金後、不参加の場合でも会費は返金できません。釣銭の無いようにご持参ください。

休館日/月曜日(祝日の場合は火曜日)

# スポーツ教室のご案内

お申込み開始 継続 9月1日(日) 新規 9月18日(水)

## 大人1か月教室(対象 高校生以上)

| 教室              | クラス | 曜日                 | 時間  | 定員          | 開催予定日 |     |       |    |           | 会費(税込み)   |            |
|-----------------|-----|--------------------|-----|-------------|-------|-----|-------|----|-----------|-----------|------------|
|                 |     |                    |     |             | 10月   | 11月 | 12月   | 1月 | 2月        |           |            |
| 元気体操<br>多目的室    | A   | 運動が初めての            | 火   | 12:45～13:45 | 20名   | 10月 | 1     | 8  | 22        | 29        | 4回/3,020円  |
|                 | B   | 方もお気軽に             |     |             |       | 11月 | 12    | 19 | 26        | 3回/2,280円 |            |
|                 |     | 体験料 760円           | 12月 | 3           |       | 10  | 17    | 24 | 4回/3,020円 |           |            |
| おとなのバレエ<br>多目的室 |     | バレエの動きで<br>体幹を鍛えます | 水   | 10:45～11:45 | 10名   | 10月 | 2     | 9  | 16        | 23        | 各4回/5,000円 |
|                 |     | 体験料 1,250円         |     |             |       | 11月 | 10/30 | 6  | 13        | 20        |            |
|                 |     |                    |     |             |       | 12月 | 11/27 | 4  | 11        | 18        |            |
| バドミントン<br>第一体育場 |     | 中学生以上              | 木   | 19:20～20:50 | 25名   | 10月 | 3     | 10 | 24        | 31        | 各4回/4,620円 |
|                 |     | 体験料 1,160円         |     |             |       | 11月 | 7     | 14 | 21        | 28        |            |
|                 |     |                    |     |             |       | 12月 | 5     | 12 | 19        | 26        |            |

## 子ども1か月教室

|                         |   |            |     |             |     |             |       |    |           |    |            |
|-------------------------|---|------------|-----|-------------|-----|-------------|-------|----|-----------|----|------------|
| エヴェッサ<br>バスケット<br>第一体育場 | A | 小学低学年      | 火   | 18:00～19:20 | 25名 | 10月         | 1     | 8  | 22        | 29 | 4回/6,930円  |
|                         | B | 小学高学年      |     |             |     | 19:30～20:50 | 11月   | 12 | 19        | 26 | 3回/5,220円  |
|                         |   | 体験料 1,740円 | 12月 | 3           |     | 10          | 17    | 24 | 4回/6,930円 |    |            |
| エヴェッサ<br>バスケット<br>第一体育場 | C | 小学高学年      | 水   | 18:05～19:25 | 25名 | 10月         | 2     | 9  | 16        | 23 | 各4回/6,930円 |
|                         |   | 体験料 1,740円 |     |             |     | 11月         | 6     | 13 | 20        | 27 |            |
|                         |   |            |     |             |     | 12月         | 4     | 11 | 18        | 25 |            |
| キッズバレエ<br>多目的室          |   | 幼稚園～小学生    | 木   | 15:50～16:50 | 10名 | 10月         | 3     | 10 | 17        | 24 | 各4回/6,930円 |
|                         |   | 体験料 1,740円 |     |             |     | 11月         | 10/31 | 7  | 14        | 21 |            |
|                         |   |            |     |             |     | 12月         | 11/28 | 5  | 12        | 19 |            |

ご入金後、不参加の場合でも会費は返金できません。釣銭の無いようにご持参ください。

在籍の継続についてお願い

- ・在籍の継続にあたりましては、お休みされる回数の如何にかかわらず、既定の会費をお支払いいただきます。(都度利用制度はございません。)
- ・会費の入金は、最終の開催月中にお支払いいただくことといたします。

1か月教室について

- ・会費は月単位で開催回数分をいただきます。お休みされる回数の如何にかかわらず、既定の会費をお支払いいただきます。
- ・会費の入金は、必ず月末までに翌月分をお支払いください。

以下の場合には事務所スタッフにご連絡願います。

- ・教室を退会される時
- ・長期お休みされる場合

なお、2か月連続で入金がない場合は、教室の在籍をキャンセルされたものとさせていただきますので予めご了承ください。

台風接近時の対応について

- ・午前7時の時点で暴風警報(特別警報含む)が発令されている場合は、臨時休館となります。
- ・午前7時以降で暴風警報が発令された場合は、その時点で臨時休館となります。
- ・発令中の暴風警報が解除された場合は、施設を点検し安全が確保できている等の確認ができれば施設を開館する場合がありますが、詳細な開館情報は直接施設へお問合せください。

休館日/月曜日(祝日の場合は火曜日)