

## スポーツ教室のご案内



休会、退会、変更の各種届はHPよりダウンロード頂けます。

教室名	曜日	対象	時間	場所	10月分						11月分					
					①	②	③	④	⑤	月謝	①	②	③	④	⑤	月謝
バドミントン	月	一般	9:00~12:00	ハンナリースアリーナ	10/5	10/12	10/19	10/26		6,360 円	11/9	11/16	11/30			4,770 円
			13:00~16:00													
	火	一般	9:00~11:00		10/6	10/13	10/20	10/27		5,360 円	11/10	11/17	11/24			4,020 円
			19:00~21:00		10/7	10/14	10/28			4,020 円	11/4	11/18	11/25			4,020 円
	水	一般	9:00~11:00		10/1	10/8	10/15	10/22			11/5	11/12	11/19	11/26		
			17:15~18:45		10/1	10/8	10/15	10/22		5,360 円	11/5	11/12	11/19	11/26		5,360 円
	木	小中学生(経験者)	19:00~21:00	スポーツ会館	10/1	10/8	10/15	10/22			11/5	11/12	11/19	11/26		
ソフトテニス	月	一般	10:00~12:00	ハンナリースアリーナ	10/5	10/12	10/19			4,020 円	11/9	11/16	11/30			4,020 円
	火	小学3年~6年(初級)	17:30~18:50		10/6	10/13	10/20			4,020 円	11/10	11/17	11/24			4,020 円
		小学4年~(初中級)	19:00~21:00													
	水	一般	10:00~12:00		10/7	10/14	10/21	10/28		5,360 円	11/4	11/11	11/25			4,020 円
	木	中学生	19:00~21:00		10/1	10/8	10/15			4,020 円	11/5	11/12	11/19			4,020 円
	金	中学生男子	19:00~21:00		10/2	10/16	10/23	10/30		5,360 円	11/6	11/20	11/27			4,020 円
バレーボール	火	小学3年~6年(初級)	17:00~18:15	スポーツ会館	10/6	10/13	10/20			4,020 円	11/10	11/17	11/24			4,020 円
		小学5年~中学生(経験者)	18:30~20:00													
バスケットボール	月	小学1年~3年	17:10~18:30	スポーツ会館	10/5	10/12	10/19	10/26		7,040 円	11/9	11/16	11/30			5,280 円
		小学4年~6年	18:40~20:00													
		中学生	20:10~21:30													
	水	小学4年~6年	18:00~19:20	ハンナリースアリーナ	10/7	10/14				3,520 円	11/4	11/18				3,520 円
		中学生	19:30~20:50													
		スクラ小学生	18:00~19:20		第2クール 9/2・9/9・9/16・9/23・9/30・10/7・10/14・11/4・11/18											
		スクラ中学生	19:30~20:50													
	金	小学4年~6年	18:00~19:20		10/2	10/9	10/16	10/30		7,040 円	11/6	11/20	11/27			5,280 円
		中学生	19:30~20:50													
フットサル	火	年長~小学生	17:15~18:45	ハンナリースアリーナ	10/6	10/13				2,200 円	11/17	11/24				2,200 円
			17:15~18:45							2,200 円						3,300 円
	金	個人参加 ※1 (18歳以上)	19:30~21:30		10/16	10/30				1100円/回	11/6	11/20	11/27			1100円/回

開催施設変更

※(火)初級テニス・(金)中学生男子テニスは西院⑩コート、(水)初中級テニス・(木)中学生テニスは西院⑩⑪コートで実施します。

※スポーツ会館にて実施します。

ソフトテニス教室：西院コートで開催する場合の雨天中止連絡は、開始1時間前に「スポーツ教室のご案内」右横のQRコードHP上「お知らせ欄」にて確認お願い致します。

※1 当日10名以下の場合は中止になる場合があります。開催時は窓口にてお支払いください。

## 健康教室のご案内

教室名	曜日	対象	時間	場所	10月分						11月分								
					①	②	③	④	⑤	月謝	①	②	③	④	⑤	月謝			
やさしい姿勢作り	月	一般	9:45～10:45	ハンナリース アリーナ 2階 多目的室	10/5	10/12	10/19	10/26 ※1		2,310 円	11/2	11/9	11/16	11/30 ※1		2,310 円			
簡単ストレッチ			11:00～12:00																
チアダンス		小中高生	18:00～20:00		10/5	10/12	10/19			5,790 円	11/9	11/16	11/30			5,790 円			
やさしいヨガ①	火	一般	9:30～10:30		10/6	10/13	10/20	10/27 ※1		2,310 円	11/10	11/17	11/24			2,310 円			
やさしいヨガ②			10:45～11:45																
ピラティス			12:15～13:15																
はじめてのピラティス			13:30～14:30																
プレミアムピラティス			14:45～15:45									10/27 ※2		6,930 円					6,930 円
ゆったりストレッチヨガ	水	一般	9:45～10:45		10/7	10/14	10/28			2,310 円	11/4	11/18	11/25			2,310 円			
コアストレッチ体操			11:00～12:00																
はらっぱスポーツ		幼児	15:15～16:15														3,300 円		
		小学生	16:30～17:30																
ウォーク&ストレッチ	木	一般	9:45～11:00	10/8	10/15	10/29			2,310 円	11/5	11/19	11/26			2,310 円				
はらっぱスポーツ		幼児	16:00～17:00													3,300 円			3,300 円
		小学生	17:15～18:15																

【受講料について】

・受講料は対象当月12日(休日の場合は翌営業日)に指定口座から引き落としとなります。

・引き落としができない場合は窓口にてお支払い頂きます。お支払い頂くまでは受講ができません。

・休会は予定前月の20日・退会は対象当月の20日までに各種用紙での申請をお願いします。

・期日を過ぎた場合は受付ができませんので予めご了承ください。

※1 都度現金払いでご参加頂けます。770円/1回 市民スポーツ会館窓口にてお支払ください。

※2 都度現金払いでご参加頂けます。2,310円/1回 市民スポーツ会館窓口にてお支払ください。

お問い合わせ：市民スポーツ会館 TEL075-315-3741 Fax075-313-9191