



後期スポーツ教室 受講者募集



申し込み・問い合わせ先 / 総合体育館 ☎54-2733



対象者	市内在住・在勤・在学・在園のかた
申し込み方法	各申込期限までに直接(過去のスポーツ教室受講者は電話で申し込み可)。定員を超えた場合は抽選
公開抽選	各申込期限の翌日午前10時から総合体育館ロビーで。結果の確認は正午から
その他	●日程などを変更する場合あり●キャンセルの場合、費用は返却不可 ●受講資格は譲渡不可●費用に保険代を含む

教室名	とき	ところ	対象者	定員	費用	申込期限
火曜 はじめてヨガ	10~3月(火曜日・18回) 午前9時~9時50分	総合体育館 武道場	18歳以上 (高校生を除く)	各 40人	各 9,360円	9月16日 (木)
木曜 はじめてヨガ	10~3月(木曜日・18回) 午前11時~11時50分			35人		
爽快 エクササイズ	10~3月(金曜日・18回) 午前11時~11時50分			20人		
リンパ エクササイズ	10~3月(金曜日・18回) 正午~午後0時50分			60人		
健康太極拳	10~3月(月曜日・18回) 午後1時~2時45分			50人		
いきいきウォーキング&筋トレ	10~3月(月曜日・18回) 午前11時~午後0時30分	総合体育館 アリーナ		30人	各 8,320円	9月19日 (日)
フィットネス ウォーキング	10~3月(月曜日・18回) 午後1時~2時30分			20人		
ピラティスヨガ	10~2月(火曜日・16回) 午後3時10分~4時	総合体育館 武道場		30人	各 9,360円	9月21日 (火)
南国フラダンス	10~3月(木曜日・18回) 午前10時~10時50分			20人		
バランスボールで 体幹運動	10~3月(木曜日・18回) 午後3時30分~4時20分			50人		
心とからだに やさしいリズム体操	10~3月(火曜日・18回) 午後1時~2時45分			各 30人		
疲労回復ヨガA	10~3月(金曜日・18回) 午後7時~7時50分			総合体育館 アリーナ		
疲労回復ヨガB	10~3月(金曜日・18回) 午後8時~8時50分					
健康体操	10~3月(火曜日・18回) 午前9時~10時45分	総合体育館 卓球室		中学生以上	各 8,320円	9月27日 (月)
バドミントン	10~2月(木曜日・12回) 午後3時15分~4時45分					
土曜卓球	10~2月(土曜日・16回) 午前9時~10時45分	城山 テニスコート	小学校5年生 以上	5,200円	10月3日 (日)	
火曜卓球	10~2月(火曜日・16回) 午後7時~8時45分					
ソフトテニス	10~12月(日祝日・10回) 午前9時~10時45分	旭ヶ丘 テニスコート	18歳以上 (高校生を除く)	各 40人	各 7,280円	
金曜 硬式テニスA	11~2月(金曜日・14回) 午前9時~10時45分					
金曜 硬式テニスB	11~2月(金曜日・14回) 午前11時~午後0時45分	晴丘 テニスコート	25人	4,160円	各開催日 の1週間 前~当日	
土曜 硬式テニス	10~11月(土曜日・8回) 午前9時~10時45分					
キックボクシング テクニク&パワー エクササイズ	10~3月(月曜日) 午後3時30分~4時20分	総合体育館 剣道場	各回 20人	1回 600円		