

# 2021年度（10月～12月） 大人 教室 ご案内

◆ 開催日予定表 ◆ ※各教室 体験料は1,650円となります。

種目	曜日	時間帯	定員	開催日				月額 受講料 (税込)	対象	開催場所	講師名	
				月								
女子 バレーボール	月	09:30～11:30	50名	10月	4	18	25	3回 3,300円	女性	第一 体育場AB	大阪府ママさん バレーボール連盟	
				11月	1	15	22					
				12月	6	13	20					
テニス	月	19:10～20:30	22名	10月	4	11	18	4回 6,000円	全ての方	第一 体育場AB	グラスホッパー 合同会社	
				11月	1	8	15					22
				12月	11/29	6	13					20
らくらく体操 ①	火	9:30～10:30	24名	10月	5	12	19	4回 4,000円	60歳以上	第二 体育場	田中・加藤	
				11月	2	9	16					23
				12月	11/30	7	14					21
らくらく体操 ②	火	10:45～11:45	24名	10月	5	12	19	4回 4,000円	60歳以上	第二 体育場	田中・加藤	
				11月	2	9	16					23
				12月	11/30	7	14					21
太極拳	火	13:00～14:30	25名	10月	5	12	19	4回 4,000円	全ての方	第二 体育場	橋詰	
				11月	2	9	16					23
				12月	11/30	7	14					21
ヨガA	火	19:00～20:00	16名	10月	5	12	19	4回 4,800円	全ての方	多目的室	泊	
				11月	2	9	16					23
				12月	11/30	7	14					21
卓球	水	9:15～11:15	20名	10月	6	13	20	4回 4,000円	全ての方	第二 体育場	佐川	
				11月	3	10	17					24
				12月	1	8	15					22
体づくり	水	10:00～11:20	13名	10月	6	13	20	4回 4,000円	50歳以上	スタジオ	片山	
				11月	3	10	17					24
				12月	1	8	15					22
ヘルシー エクササイズ	水	9:45～10:45	16名	10月	6	13	20	4回 4,000円	全ての方	多目的室	ナタラジャ ボックス	
				11月	3	10	17					24
				12月	1	8	15					22
ダンス エクササイズ	水	10:50～11:50	10名	10月	6	13	20	4回 4,000円	全ての方	多目的室	ナタラジャ ボックス	
				11月	3	10	17					24
				12月	1	8	15					22
ツボヨガ	水	12:40～13:40	16名	10月	6	13	20	4回 4,800円	全ての方	スタジオ	小林	
				11月	3	10	17					24
				12月	1	8	15					22
バドミントン ①	水	13:30～15:30	30名	10月	6	13	20	4回 4,800円	全ての方	第一 体育場B	プロショップ ユゲ	
				11月	3	10	17					24
				12月	1	8	15					22
バドミントン ③	水	18:45～20:45	30名	10月	6	13	20	4回 4,800円	全ての方	第一 体育場B	プロショップ ユゲ	
				11月	3	10	17					24
				12月	1	8	15					22

# 2021年度 (10月～12月) 大人教室 ご案内

◆ 開催日予定表 ◆ ※各教室 体験料は1,650円となります。

種目	曜日	時間帯	定員	月	開催日				定期教室 受講料 (税込)	対象	開催場所	講師名
ヨガB	木	10:30～11:30	16名	10月	7	14	21	28	4回 4,800円	全ての方	多目的室	泊
				11月	4	11	18	25				
				12月	2	9	16	23				
シニア体操	木	9:30～11:00	8名	10月	7	14	21	28	4回 4,800円	60歳以上	会議室	坂口
				11月	4	11	18	25				
				12月	2	9	16	23				
熟年体操 A	金	9:10～10:25	36名	10月	1	8	15	22	4回 3,200円	50歳以上	第二 体育場	田中・村上・深田
				11月	5	12	19	26				
				12月	3	10	17	24				
熟年体操 B	金	10:35～11:50	36名	10月	1	8	15	22	4回 3,200円	50歳以上	第二 体育場	加藤・村上・深田
				11月	5	12	19	26				
				12月	3	10	17	24				
熟年体操 C	金	13:00～14:15	24名	10月	1	8	15	22	4回 3,200円	50歳以上	第二 体育場	田中・加藤
				11月	5	12	19	26				
				12月	3	10	17	24				
熟年体操 D	金	14:25～15:40	24名	10月	1	8	15	22	4回 3,200円	50歳以上	第二 体育場	田中・加藤
				11月	5	12	19	26				
				12月	3	10	17	24				
美姿勢ヨガ	金	12:30～13:30	16名	10月	1	8	15	22	4回 4,800円	全ての方	多目的室	池
				11月	5	12	19	26				
				12月	3	10	17	24				
ピラティス	金	19:00～20:00	16名	10月	1	8	15	22	4回 4,800円	全ての方	多目的室	吉井
				11月	5	12	19	26				
				12月	3	10	17	24				
卓球スクール ①	土	09:30～11:00	12名	10月	9	16	23	11/6	4回 5,800円	全ての方	第二 体育場	プロショップ ユゲ
				11月	11月休講							
				12月	11/27	4	18	25				
卓球スクール ②	土	11:10～12:40	12名	10月	9	16	23	11/6	4回 5,800円	全ての方	第二 体育場	プロショップ ユゲ
				11月	11月休講							
				12月	11/27	4	18	25				
太極柔力球	土	13:20～14:50	25名	10月	2	16	23	11/6	4回 4,000円	全ての方	第二 体育場	野口
				11月	11月休講							
				12月	11/27	4	18	25				

※全ての方対象の教室は満16歳以上の方からお申込みいただけます。

- ① 開催日程/担当講師は、都合により変更になる場合がございます。
- ② 参加人数が少ない時は、教室の開催を中止させていただきます。
- ③ 受講料については、各教室の開催後の返金、欠席の場合の返金も出来ませんので予めご了承ください。
- ④ 体験については、一種目につき1回限りとさせていただきます。