

令和5年度 10月から始まる各種講座 募集のご案内

申込期間 8/3(木)~9/1(金) 17時締切

	講座名	曜	講師	期間	時間	回数	受講料
プールレッスン	水中アクア	火	深草	10/3~12/19	19:10~20:10	10	2,700円
	初中級水泳	水	秋本	10/11~翌3/13	19:00~20:15	20	5,400円
	めざせ!上級水泳(上級者クラス)		吉原				
	初中級水泳	木	秋本	10/12~12/21	19:00~20:15	10	2,700円
	スペシャル水泳(中上級者クラス)	土	秋本	10/14~翌3/9	19:00~20:15	20	5,400円
健康維持 増進講座事業	代謝アップトレーニング	月	稲田	10/16~12/18	13:30~14:30	10	2,700円
	ヨガ		Mari		19:10~20:10	10	2,700円
	ステップアップトレーニング	水	高村	10/4~12/13	13:30~14:30	10	1,000円
	夜ヨガ	金	吉村	10/13~12/22	19:10~20:10	10	2,700円
生きがいづくり 講座	楽しいヨガ	火	佐野	10/3~12/19	13:30~14:45	10	2,700円
	パッチワーク	水	見奈美	10/11~12/20	10:30~11:45	10	
	リラックスヨガ		山田		19:15~20:30	10	
	ヨガ	木	坪田	10/12~12/21	13:30~14:45	10	
	やさしい太極拳	金	川村	10/13~12/22	10:30~11:45	10	
	キックボクシング(入門)		阪井		19:00~20:15	10	
	フラダンス	土	小島	10/14~12/16	10:45~12:00	10	
	太極拳		竹内		13:30~14:45	10	

※利用料金が別途必要です

※それぞれに休講日があります。

※窓口または電話にて受付いたします。

※お申込み多数の場合は抽選となります。