

令和5年度 夏から始まる各種(有料)講座 募集のご案内

申込み期間 5/29(月)~6/9(金) 17時締切

	講座名	曜	期間	時間	回数(回)	定員(人)	受講料
健康維持 増進講座事業	代謝アップトレーニング	月	7/3~9/25	13:30~14:30	10	35	2,700円
	ヨガ			19:10~20:10	10	35	
	夜ヨガ	金	7/14~9/22	19:10~20:10	10	35	
介護予防講座	からだの通信簿ミニ講座	木	7/6~8/10	13:30~14:30	6	25	1,620円
プールレッスン	水中アクア	火	7/11~9/19	19:10~20:10	10	40	2,700円
	初中級水泳	木	7/13~9/21	19:00~20:15	10	25	
	サマーナイト初中級	月	7/10~8/28	19:00~20:15	6	25	1,620円
		金	7/14~8/25			25	
生きがいづくり 講座	楽しいヨガ	火	7/11~9/19	13:30~14:45	10	18	2,700円
	パッチワーク	水	7/12~9/20	10:30~11:45	10	2	
	リラックスヨガ			19:15~20:30	10	4	
	ヨガ	木	7/13~9/21	13:30~14:45	10	4	
	やさしい太極拳	金	7/14~9/22	10:30~11:45	10	35	
	キックボクシング(入門)			19:00~20:15	10	12	
	フラダンス	土	7/1~9/16	10:45~12:00	10	21	
	太極拳			13:30~14:45	10	6	

※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。