

令和8年度 10月から始まる各種講座 募集のご案内

申込期間: 8/31(月)~9/14(月) 15時締切

抽選結果公開日(館内掲示板・ホームページ): 9/17(木)10時~

受講決定後の受講料支払期間: 9/17(木)~10/1(木)

講座名		曜日	講師	期間	時間	回数	募集 人数	受講料
健康維持・増進	代謝アップトレーニング	月	稲田	10/19 ~ 12/14	13:30 ~ 14:30	8回	35人	2,160円
	ヨーガ		稲田		19:10 ~ 20:10	8回	35人	2,160円
	夜ヨガ	金	浦崎	10/16 ~ 12/25	19:10 ~ 20:10	10回	35人	2,700円
プール	水中アクア	火	深草	10/13 ~ 12/22	19:10 ~ 20:10	10回	40人	2,700円
	初級水泳	水	秋本	10/14 ~ 翌3/24	19:00 ~ 20:00	22回	25人	5,940円
	中級水泳		吉原		19:00 ~ 20:00	22回	25人	5,940円
	初中級水泳	木	秋本	10/15 ~ 12/24	19:00 ~ 20:00	10回	25人	2,700円
	スペシャル水泳(中上級者クラス)	土	秋本	10/17 ~ 翌3/20	19:00 ~ 20:00	22回	25人	5,940円
生きがいづくり	楽しいヨガ	火	佐野	10/13 ~ 12/22	13:30 ~ 14:30	10回	22人	2,700円
	パッチワーク	水	見奈美	10/14 ~ 12/16	10:30 ~ 11:45	10回	7人	2,700円
	リラックスヨーガ		山田		19:15 ~ 20:15	10回	5人	2,700円
	ヨガ	木	藤山	10/15 ~ 12/24	13:30 ~ 14:30	10回	8人	2,700円
	やさしい太極拳	金	川村	10/16 ~ 12/25	10:30 ~ 11:45	10回	28人	2,700円
	キックボクシング(入門)		阪井		19:00 ~ 20:00	10回	17人	2,700円
	コンディショニングヨガ	土	山崎	10/17 ~ 12/19	10:30 ~ 11:30	10回	0人	2,700円
	フラダンス		小島		10:45 ~ 12:00	10回	24人	2,700円
	太極拳		岸田		13:30 ~ 14:45	10回	10人	2,700円

生きがいづくり講座については、定員から全期申込者を除いた数が
今期(1期分)の募集人数です。(すでに全期で申し込まれた方は申込不要です)

いずれも

★ 対 象 16歳以上で、医師から運動を制限されていない人。

※こども連れの人は受講できません。

★ 受講料 一括払い(毎回、利用料金が別に必要です)

※ 窓口(申込票)、電話またはホームページから申込可能です。

※ 申込多数の場合は、抽選となります。(先着順ではありません)

※ それぞれの講座で休講日が入る場合があります。

