

令和8年度 7月から始まる各種講座 募集のご案内

申込期間: 5/25(月)~6/8(月) 15時締切

抽選結果公開日(館内掲示板・ホームページ): 6/11(木)10時~

受講決定後の受講料支払期間: 6/11(木)~6/25(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	7/6 ~ 9/14	13:30 ~ 14:30	10回	35人	2,700円
	ヨーガ		稲田		19:10 ~ 20:10	10回	35人	2,700円
	夜ヨガ	金	浦崎	7/10 ~ 9/18	19:10 ~ 20:10	10回	35人	2,700円
介護予防	からだの通信簿ミニ	木	中田	7/9 ~ 8/27	13:30 ~ 14:30	7回	25人	1,890円
プール	サマーナイト初中級	月・金	秋本	7/6 ~ 8/28	19:00 ~ 20:00	14回	25人	3,780円
	水中アクア	火	深草	7/7 ~ 9/15	19:10 ~ 20:10	10回	40人	2,700円
	初中級水泳	木	秋本	7/9 ~ 9/17	19:00 ~ 20:00	10回	25人	2,700円
生きがいがづくり	楽しいヨガ	火	佐野	7/7 ~ 9/15	13:30 ~ 14:30	10回	22人	2,700円
	パッチワーク	水	見奈美	7/8 ~ 9/16	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	7/9 ~ 9/17	13:30 ~ 14:30	10回	8人	2,700円
	やさしい太極拳	金	川村	7/10 ~ 9/18	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	7/11 ~ 9/19	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

生きがいが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↑
 いずれも 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)

★対象 16歳以上(介護予防講座「からだの通信簿ミニ」のみ、65歳以上)で、
 医師から運動を制限されていない人。 ※子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。

