

令和8年度 9月から始まる各種講座 募集のご案内

申込期間: 7/24(金)~8/7(金) 15時締切

抽選結果公開日(館内掲示板・ホームページ): 8/10(月)10時~

受講決定後の受講料支払期間: 8/10(月)~8/24(月)

講座名		曜日	講師	期間	時間	回数	募集人数	受講料
生活習慣病予防	ストレッチ&水中ウォーキング	木	高村	9/3 ~ 12/17	10:30 ~ 11:45	14回	40人	3,780円
介護予防	からだの通信簿アップ	木	中田	9/3 ~ 12/24	13:30 ~ 14:30	14回	25人	3,780円
プール	初心者水泳	月	下道	9/7 ~ 12/14	13:00 ~ 14:00	12回	25人	3,240円
	初中級水泳		秋本		19:00 ~ 20:00	12回	25人	3,240円
	初級水泳	火	下道	9/1 ~ 12/22	13:00 ~ 14:00	14回	25人	3,780円
	中級水泳		秋本		13:00 ~ 14:00	14回	25人	3,780円
	初級水泳	金	津田	9/4 ~ 12/18	10:30 ~ 11:30	14回	25人	3,780円
	中級水泳		秋本		10:30 ~ 11:30	14回	25人	3,780円
	初心者水泳		秋本		13:00 ~ 14:00	14回	25人	3,780円
	水中アクア		下道		19:10 ~ 20:10	14回	40人	3,780円
	初級水泳	土	秋本	9/5 ~ 12/12	13:00 ~ 14:00	14回	25人	3,780円
	初中級水泳	日	秋本	9/6 ~ 12/13	10:30 ~ 11:30	14回	25人	3,780円

いずれも

★ 対 象 16歳以上(介護予防講座「からだの通信簿アップ」のみ、65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。



東山健康運動公園 東山健康運動公園 東山健康運動公園 東山健康運動公園 東山健康運動公園 東山健康運動公園 東山健康運動公園 東山健康運動公園 東山健康運動公園 東山健康運動公園