

## 第1期（4月～7月） 定期教室（プール子ども用） 受講料・日程表

場所	曜日	教室名	時間	受講料一括	開催日程												
					4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12
プール	火	キッズ水泳	15:00～15:50	各11,440円	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12
		キッズ・ジュニア水泳	16:00～16:50														
		ジュニア水泳①	17:00～17:50														
		ジュニア水泳②	18:00～18:50														
	水	キッズ水泳	15:00～15:50	各11,440円	4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/15	6/22	6/29	7/6	7/13
		キッズ・ジュニア水泳	16:00～16:50														
		ジュニア水泳①	17:00～17:50														
		ジュニア水泳（上級）	18:00～18:50														
	木	キッズ水泳	15:00～15:50	各10,560円	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/16	6/30	7/7	7/14	
		キッズ・ジュニア水泳	16:00～16:50														
		ジュニア水泳①	17:00～17:50														全12回
	金	キッズ水泳	15:00～15:50	各11,440円	4/1	4/8	4/15	4/22	5/6	5/13	5/20	5/27	6/3	6/17	7/1	7/8	7/15
キッズ・ジュニア水泳		16:00～16:50															
ジュニア水泳①		17:00～17:50															
ジュニア水泳（上級）		18:00～18:50	全13回														
土	キッズ水泳	14:00～14:50	各11,440円	4/2	4/9	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	6/25	
	キッズ・ジュニア水泳	15:00～15:50															
	ジュニア水泳①	16:00～16:50															全13回
日	キッズ水泳	11:00～11:50	各11,440円	4/3	4/10	4/17	4/24	5/1	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	
	ジュニア水泳①	12:00～12:50															全13回

## 第1期（4月～7月） 定期教室（プール大人用） 受講料・日程表

場所	曜日	教室名	時間	受講料一括	開催日程													
					4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12	
プール	火	水中ウォーキング	10:00～10:50	各10,010円														
		成人水泳（初・中級）	11:00～11:50															
		成人水泳（初・中級）	13:00～13:50															
		成人水泳（中級）	19:00～19:50															
						全13回												
	水	成人水泳（初・中級）	10:00～10:50	各10,010円														
		アクアビクス①	11:00～11:50															
		成人水泳（初・中級）	13:00～13:50															
		成人水泳（上級）	19:00～19:50															
		種目別水泳教室（背泳ぎ）	20:00～20:50															11,440円
	木	成人水泳（中・上級）	10:00～10:50	各9,240円														
		水中ウォーキング	11:00～11:50															
		種目別水泳教室（バタフライ）	12:00～12:50	10,560円														
		成人水泳（中・上級）	13:00～13:50	9,240円														
		種目別水泳教室（クロール）	14:00～14:50	10,560円														
		成人水泳（中級）	19:00～19:50	9,240円														全12回
金	成人水泳（初・中級）	10:00～10:50	各10,010円															
	アクアビクス②	11:00～11:50																
	成人水泳（初・中級）	13:00～13:50																
	成人水泳（初級）	19:00～19:50																
	成人水泳（上級）	20:00～20:50																
					全13回													
土	種目別水泳教室（平泳ぎ）	10:00～10:50	11,440円	4/2	4/9	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	6/25		
	健康水中運動	11:00～11:50	10,010円	全13回														
日	成人水泳（初・中級）	10:00～10:50	各10,010円															
	サンデー 健康水中運動	13:00～13:50															全13回	

第1期（4月～7月） 定期教室（フロア子ども用） 受講料・日程表

場所	曜日	教室名	時間	受講料一括	開催日程												
					4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/14	6/21	7/5	7/12	
体育室	火	キッズ・ジュニアトランポリン	16:30~17:30	各10,560円	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/14	6/21	7/5	7/12	
		ジュニアトランポリン	17:45~18:45		全12回												
	木	キッズ体操	15:45~16:45	各9,680円	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/23	7/7	7/14		
		ジュニア体操	16:45~17:45		全11回												
	金	ジュニアサッカー（低学年）	16:50~18:20	各15,840円	4/1	4/15	4/22	5/6	5/13	5/20	5/27	6/3	6/17	6/24	7/8	7/15	
		ジュニアサッカー（高学年）	18:20~19:50		全12回												
研修室	水	キッズストリートダンス	16:00~16:55	各11,440円	4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/15	6/22	6/29	7/6	7/13
		ジュニアストリートダンス	17:00~17:55		全13回												
	木	キッズバレエ	15:45~16:40	各7,920円	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/26	6/2	7/7	7/14				
		ジュニアバレエ（低学年）	16:45~17:40														
		ジュニアバレエ（高学年）	17:45~18:40		全9回												
	屋外広場 研修室	土	走り方教室①（年長～小学2年生）	9:30~10:20	各9,680円	4/2	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/21	6/4	6/18	6/25	7/16	
走り方教室②（小学3年生～小学6年生）			10:30~11:20	全11回													
柔道場	水	親子ピクス	11:00~11:50	11,440円	4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/15	6/22	6/29	7/6	7/13
					全13回												

第1期（4月～7月） 定期教室（フロア大人用） 受講料・日程表

場所	曜日	教室名	時間	受講料一括	開催日程													
火	火	身体調整ストレッチ	10:00~10:55	各10,010円	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12	
		キックボクシングエクササイズ	11:10~12:05															
		ダンススポーツ（社交ダンス）	13:00~13:55	11,440円														
		大人の為のバレエ	19:00~19:55	各10,010円														
		マットサイエンス with ヨガ&ピラティス	20:10~21:05															全13回
	水	ウェーブストレッチ	10:00~10:45	8,470円	4/6	4/13	4/20	5/11	5/25	6/1	6/15	6/22	6/29	7/6	7/13			
		太極拳	13:00~13:55	各10,010円	4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/15	6/22	6/29	7/6	7/13	
		バランスコンディショニング	14:10~15:05															全11回
		シェイプキックエクササイズ	19:00~19:55															
		ペルビック・ストレッチ	20:10~21:05															全13回
ハワイアンフラダンス	13:00~13:55	9,680円	4/7	4/14														4/21
木	シェイプアップヨガ	19:00~19:55	各7,700円	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/26	6/2	6/16	7/7	7/14					
	癒しヨガ	20:10~21:05		全10回														
金	大人の為のバレエ	10:00~10:55	9,240円	4/1	4/8	4/15	4/22	5/6	5/13	5/20	5/27	6/3	6/17	7/8	7/15			
	整体ストレッチ	11:05~12:00	8,470円	4/1	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/17	7/8	7/15				
木	ラージボール卓球（中級）	9:00~11:30	10,580円	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/23	7/7	7/14				
	初級者 卓球	13:00~14:15	12,510円	4/1	4/8	4/15	4/22	5/6	5/13	5/20	5/27	6/3	6/17	6/24	7/8	7/15		
	中級者 卓球	14:15~15:30		全13回														

# 第1期（4月～7月） 定期教室（フロア大人用） 受講料・日程表

場所	曜日	教室名	時間	受講料一括	開催日程												
					4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/15	6/22	6/29	7/6	7/13
柔道場	水	ピラティス	10:00～10:55	10,010円													
	全13回																
	木	やさしいヨガと呼吸法	9:00～9:40	7,700円													
		ヨガ	10:00～10:55		4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	7/7	7/14			
		ペルビック・ストレッチ	11:05～12:00														
産後骨盤エクササイズ		12:10～13:00	全10回														
金	リラックスヨガ	12:00～12:55	9,240円	4/1	4/8	4/15	4/22	5/6	5/13	5/20	5/27	6/3	6/17	7/8	7/15		
全12回																	
剣道場	木	有酸素&コアトレーニング	20:00～20:55	9,240円	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/16	6/30	7/7	7/14	
	全12回																
	金	有酸素&かんたん筋トレ	10:00～10:55	10,010円													
		バレトン ソール・シンセシス	11:05～11:55		4/1	4/8	4/15	4/22	5/6	5/13	5/20	5/27	6/3	6/17	7/1	7/8	7/15
		ダンスエアロ	19:00～19:50														
ZUMBA®		20:00～20:55	全13回														

第1期（4月～7月） 定期教室（カルチャー用） 受講料・日程表

場所	曜日	教室名	時間	受講料一括	開催日程												
					4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12
和室	火	楽しく健康 カラオケ教室	13:00～15:00	14,400円	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12
					全13回												
会議室	金	ラッピング講座	9:30～11:30	8,800円	4/1	4/15	5/6	5/20	6/3	6/17	7/1	7/15	/	/	/	/	/
					全8回												
和室	金	あなたにもできます 津軽三味線教室	19:00～21:00	8,800円	4/8	4/22	5/13	5/27	6/3	7/1	7/8	7/15	/	/	/	/	/
					全8回												

取手グリーンスポーツセンター