

# 2019年7月～9月 成人運動コース型教室

令和元年！！ 心機一転、新しいこと始めてみませんか！？

教室名	担当	曜日	定員	最少遂行人数	時間	料金/10回・12回	料金/5回・8回	料金/3回・4回	会場	7月開催日程	8月開催日程	9月開催日程
成人水泳教室（初級）	堀添 未和	月	12	4	11:30～12:30	8,220円/10回	4,590円/5回	3,060円/3回	プール	1日・8日・22日・29日	5日・19日・26日	2日・9日・16日
成人水泳教室	堀添 未和	火	12	4	13:10～14:10	5,100円/6回	4,590円/5回	3,060円/3回	プール	2日・9日・16日		3日・10日・17日
成人水泳教室	堀添 未和	木	12	4	11:30～12:30	8,220円/10回	4,590円/5回	3,060円/3回	プール	4日・11日・18日	1日・8日・22日・29日	5日・12日・19日
水中運動教室	堀添 未和	火	10	4	12:15～13:00	8,220円/10回	4,590円/5回	3,060円/3回	プール	9日・16日・23日・30日	6日・20日・27日	3日・10日・17日

ヒップホップ	今関 麻衣果	月	15	5	20:00～21:00	10,280円/10回	5,610円/5回	3,570円/3回	多目的室	1日・8日・22日・29日	5日・19日・26日	2日・9日 16日(祝) 18:45～19:45
ヨガ（初級）	富谷 美代子	火	15	5	10:15～11:15	10,280円/10回	5,610円/5回	3,570円/3回	スタジオ	2日・9日・16日・23日	6日・20日・27日	3日・10日・17日
ヨガ（中級）	和田 昌子	火	18	5	13:15～14:15	10,280円/10回	5,610円/5回	3,570円/3回	スタジオ	2日・9日・16日・23日・30日	6日・20日・27日	10日・17日
整体ストレッチ	加藤 恵未	火	15	5	14:20～15:20	10,280円/12回	8,670円/8回	4,590円/4回	多目的室	2日・9日・16日・23日・30日	6日・20日・27日	3日・10日・17日・10/1
ピラティス	和田 昌子	火	15	5	19:30～20:30	10,280円/10回	5,610円/5回	3,570円/3回	多目的室	2日・9日・16日・23日・30日	6日・20日・27日	10日・17日
バレトン	富谷 美代子	水	15	5	13:00～14:00	10,280円/10回	5,610円/5回	3,570円/3回	多目的室	3日・10日・17日・24日	7日・21日・28日	4日・11日・18日
ピラティス	石田 祥子	水	15	5	19:00～20:00	10,280円/10回	5,610円/5回	3,570円/3回	スタジオ	3日・10日・17日・24日	7日・21日・28日	4日・11日・18日
ボディメンテナンス骨盤体操	和田 昌子	木	15	5	10:30～11:30	10,280円/10回	5,610円/5回	3,570円/3回	多目的室	11日・18日・25日	1日・8日・22日・29日	5日・12日・19日
ピラティス	石田 祥子	木	15	5	10:30～11:30	10,280円/10回	5,610円/5回	3,570円/3回	スタジオ	11日・18日・25日	1日・8日・22日・29日	5日・12日・19日
フラダンス	梨本 景	木	15	5	14:00～15:00	10,280円/10回	5,610円/5回	3,570円/3回	多目的室	4日・11日・18日・25日	1日・22日・29日	5日・12日・19日
フラダンス	梨本 景	木	15	5	19:45～20:45	10,280円/10回	5,610円/5回	3,570円/3回	多目的室	4日・11日・18日・25日	1日・22日・29日	5日・12日・19日
ヨガ	和田 昌子	木	15	5	19:45～20:45	10,280円/10回	5,610円/5回	3,570円/3回	スタジオ	11日・18日・25日	1日・8日・22日・29日	5日・12日・19日

※月曜の成人水泳教室は夏休み中の為、全6回の開催。ヒップホップはレッスン最終日が、9月16日(祝) 18:45～19:45となります。

※価格は税込になります。

## お申込みについて

コース	お申込み日	参加日程
10回コース	受付中	開催日程全10回 ※整体ストレッチは12回となります
5回コース	8月1日～	8月1日以降の日程から5回分 ※整体ストレッチは7月23日から、8回となります
3回コース	9月1日～	9月1日以降の日程から3回分 ※整体ストレッチは4回となります
1回体験 ※体験料：1,020円(税込)	随時受付中	ご希望の日程の予約をお取りください。 体験は、各クラス1回のみとさせていただきます。

※お申込みは、直接フロント又は電話にてお受けいたします。

※各クラスは定員になり次第、受付を終了とさせていただきます。

※各コースお申込み後のご返金の対応は致しかねますので、予めご了承ください。



## お支払い方法について

・お申込されたクラスの初回ご参加時にフロントでお手続きください。

## コース型教室ご利用の方へ

- ・教室以外でプール・お風呂・トレーニングルーム等をご利用の際は、別途施設利用料が必要となります。
- ・会場がプールの場合は、プールのシャワーブースはご利用いただけます。
- ・会場がスタジオ又は多目的室の場合のロッカーは、100円コインリターン式ロッカーをご利用ください。

○当施設が収集した個人情報は、安全対策及び利用者管理の目的でのみ使用させて頂き、期間中及び期間後も厳重に管理致します。

さんいしの森元気館 TEL：0475-80-9300