

令和3年度 <豊平区体育館> 第2期 教室日程表 (2021.6.19現在)

- ・黄色セルの日程は、教室初回日および再開日となります。
- ・オレンジセルの日程は、予備日への振替日となります。
- ・第1期受講者の皆様につきましては、中止回数分を7/12（月）以降に現金にて返金いたしますので、印鑑（シャチハタ可）をご持参のうえ窓口にてお手続きくださいますようお願いいたします。

豊平区体育館 TEL:855-0791

No.	教室名	曜日	時間	教室日程												受講料（円）			備考
																一般	65歳以上の方	障がいをお持ちの方	
101	やさしいヨガ	月	10:00～11:30	7/12	7/19	8/2	8/30	9/6	9/13							3,270	2,950	2,620	全6回で実施いたします。
102	ベーシックヨガ	火	10:25～11:40	7/13	7/20	7/27	8/3	8/17	8/24	8/31	9/7	9/14	9/21	9/28		6,000	5,400	4,800	全11回で実施いたします。
103	背骨コンディショニング	火	10:00～11:30	7/13	7/20	7/27	8/3	8/17	8/24	8/31	9/7	9/14	9/21	9/28		8,260	7,440	6,610	全11回で実施いたします。
104	ストレッチポールで姿勢改善	火	9:15～10:15	7/13	7/20	7/27	8/3	8/17	8/24	8/31	9/7	9/14	9/21	9/28		7,140	6,430	5,710	全11回で実施いたします。
105	生活習慣病予防体操	水	9:20～10:50	7/14	7/21	7/28	8/4	8/18	8/25	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29		6,000	5,400	4,800	全11回で実施いたします。
106	フラダンス（中・上級コース）	水	11:15～12:30	7/14	7/21	7/28	8/18	8/25	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29			6,490	5,840	5,190	全10回で実施いたします。
107	やさしい身体づくり体操	水	10:00～11:30	7/14	7/21	7/28	8/18	8/25	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29			7,510	6,760	6,010	全10回で実施いたします。
108	ピラティス	木	9:30～10:40	7/15	7/29	8/5	8/19	8/26	9/2	9/9	9/16	9/30				4,910	4,420	3,930	全9回で実施いたします。
109	たのしい太極拳	木	10:50～12:20	7/15	7/29	8/5	8/19	8/26	9/2	9/9	9/16	9/30				4,910	4,420	3,930	全9回で実施いたします。
110	ナイトピラティス	木	19:30～20:45	7/15	7/29	8/5	8/19	8/26	9/2	9/9	9/16	9/30				4,910	4,420	3,930	全9回で実施いたします。
111	やさしい代謝UP体操	金	9:20～10:50	7/16	7/30	8/6	8/20	8/27	9/3	9/10	9/17	9/24				4,910	4,420	3,930	全9回で実施いたします。
112	ずばら健康体操	金	11:10～12:40	7/16	7/30	8/6	8/20	8/27	9/3	9/10	9/17	9/24				4,910	4,420	3,930	全9回で実施いたします。
113	リラックスヨガ	金	10:00～11:30	7/16	7/30	8/6	8/20	8/27	9/3	9/10	9/17	9/24				4,910	4,420	3,930	全9回で実施いたします。
114	ナイトヨガ	金	19:30～20:45	7/16	7/30	8/6	8/20	8/27	9/3	9/10	9/17	9/24				4,910	4,420	3,930	全9回で実施いたします。
115	ZUMBA	土	18:15～19:15	7/17	7/24	7/31	8/7	8/21	8/28	9/4	9/18	9/25				4,910	4,420	3,930	全9回で実施いたします。
116	はじめての健美操	水	13:00～14:00	7/14	7/21	7/28	8/4	8/18	8/25	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29		6,000	5,400	4,800	全11回で実施いたします。
117	フラダンス（初心者コース）	水	12:40～13:55	7/14	7/21	7/28	8/18	8/25	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29			7,510	6,760	6,010	全10回で実施いたします。
120	バランスボールエクササイズ	水	10:00～11:00	7/14	7/21	7/28	8/4	8/18	8/25	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29		8,260	7,440	6,610	全11回で実施いたします。
130	バドミントン初級	火	10:00～12:00	7/13	7/20	7/27	8/3	8/17	8/24	8/31	9/7	9/14	9/21	9/28		8,260	7,440	6,610	全11回で実施いたします。
131	バドミントン中級	火	10:00～12:00	7/13	7/20	7/27	8/3	8/17	8/24	8/31	9/7	9/14	9/21	9/28		8,260	7,440	6,610	全11回で実施いたします。
132	卓球入門	火	10:00～12:00	7/13	7/20	7/27	8/3	8/17	8/24	8/31	9/7	9/14	9/21	9/28		8,260	7,440	6,610	全11回で実施いたします。

133	卓球初級	木	13:00～15:00	7/15	7/29	8/5	8/19	8/26	9/2	9/9	9/30				6,010	5,410	4,810	全8回で実施いたします。
134	卓球中級	木	13:00～15:00	7/15	7/29	8/5	8/19	8/26	9/2	9/9	9/30				6,010	5,410	4,810	全8回で実施いたします。
135	テニス入門～初級	木	9:00～11:00	7/15	7/29	8/5	8/19	8/26	9/2	9/9	9/16	9/30			8,610	7,750	6,890	全9回で実施いたします。
136	テニス初中級（火）	火	13:00～15:00	7/13	7/20	7/27	8/3	8/17	8/24	8/31	9/7	9/14	9/21	9/28	10,530	9,470	8,420	全11回で実施いたします。
137	テニス初中級（水）	水	15:00～17:00	7/14	7/21	7/28	8/18	8/25	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29		9,570	8,610	7,660	全10回で実施いたします。
138	テニス初中級（木）	木	13:00～15:00	7/15	7/29	8/5	8/19	8/26	9/2	9/9	9/16	9/30			8,610	7,750	6,890	全9回で実施いたします。
139	テニス中級（火）	火	15:00～17:00	7/13	7/20	7/27	8/3	8/17	8/24	8/31	9/7	9/14	9/21	9/28	10,530	9,470	8,420	全11回で実施いたします。
140	テニス中級（金）	金	13:00～15:00	7/16	7/30	8/6	8/27	9/3	9/10	9/17	9/24				7,660	6,890	6,120	全8回で実施いたします。
141	テニス中上級	水	13:00～15:00	7/14	7/21	7/28	8/18	8/25	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29		9,570	8,610	7,660	全10回で実施いたします。
142	テニス上級	木	15:00～17:00	7/15	7/29	8/5	8/19	8/26	9/2	9/9	9/16				7,660	6,890	6,120	全8回で実施いたします。（変更なし）
143	テニスクリニック	木	11:05～12:05	7/15	7/29	8/5	8/19	8/26	9/2	9/9	9/16	9/30			5,840	5,260	4,670	全9回で実施いたします。
144	ナイトテニス中上級	土	19:15～20:45	7/17	7/24	7/31	8/7	8/21	9/4	9/18	9/25				6,420	5,780	5,140	全8回で実施いたします。
145	インドアゴルフ	金	13:00～14:30	7/16	7/30	8/6	8/27	9/3	9/10	9/17	9/24				7,780	7,000	6,220	全8回で実施いたします。
151	卓球集中教室（第4期）	火	10:00～12:00	7/13	7/20	7/27									2,870	2,580	2,300	全3回で実施いたします。
152	ワンポイント卓球（第12期）	水	15:30～17:00	7/14											800	800	800	予定通り実施いたします。
152	ワンポイント卓球（第13期）	水	15:30～17:00	7/21											800	800	800	予定通り実施いたします。
152	ワンポイント卓球（第14期）	水	15:30～17:00	7/28											800	800	800	予定通り実施いたします。
161	ジュニアテニス初心者	月金	16:00～17:00	7/12 9/13	7/16 9/17	7/19 9/24	7/30	8/2	8/6	8/27	8/30	9/3	9/6	9/10	9,090		7,270	全14回で実施いたします。
162	ジュニアテニス初級	月金	17:00～18:00	7/12 9/13	7/16 9/17	7/19 9/24	7/30	8/2	8/6	8/27	8/30	9/3	9/6	9/10	9,090		7,270	全14回で実施いたします。
164	SSAキッズフットサル	木	16:00～17:00	7/15	7/29	8/5	8/19	8/26	9/2	9/9	9/16	9/30			6,530		5,230	全9回で実施いたします。
165	SSAジュニアフットサル	木	17:10～18:10	7/15	7/29	8/5	8/19	8/26	9/2	9/9	9/16	9/30			5,380		4,300	全9回で実施いたします。
166	ミニバス（低学年）	水	16:15～17:15	7/14	7/21	7/28	8/18	8/25	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29		5,460		4,360	全10回で実施いたします。
167	ミニバス（高学年）	水	17:15～18:30	7/14	7/21	7/28	8/18	8/25	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29		6,490		5,190	全10回で実施いたします。
168	ジュニアRUNトレーニング	火	16:45～17:45	7/13	7/20	7/27	8/3	8/17	8/24	8/31	9/7	9/14	9/21	9/28	6,000		4,800	全11回で実施いたします。