



【フロア教室・講座】

# 南部スポーツ・コミュニティプラザ 平成29年10月 一般対象 教室・講座一覧



教室名	内容	対象者	曜日	時間	開催日	定員 ※1	開催 場所	参加 料金	担当講師 (予定)
O-1	リズム体操	18歳以上	火	9:30~10:15	3日 10日 17日	10名	多目的	1,500円	斉藤 綾子
O-2	健康スポーツ吹矢	18歳以上	水	9:30~11:30	4日 11日 18日	30名	体育館	1,500円	伊藤 和矢
O-3	フラダンス	18歳以上	金	10:00~11:00	6日 13日 20日	15名	多目的	1,500円	吉田 和美
O-4	太極拳	18歳以上	金	14:00~15:00	6日 13日 20日	10名	多目的	1,500円	吉岡 三枝子

※1 参加申込は、先着順となります。

【プール教室・講座】

教室名	内容	対象者	曜日	時間	開催日	定員 ※1	開催 場所	参加 料金	担当講師 (予定)
O-5	初級水泳教室/OPEN	18歳以上	火	10:00~10:50		10名	プール		中西 昌智
O-6	レディースクロール	18歳以上	火	12:00~12:50		10名	プール		中西 昌智
O-7	シニアクロール	60歳以上	木	10:00~10:50		10名	プール		中西 昌智
O-8	レディース背泳ぎ	18歳以上	木	12:00~12:50		10名	プール		中西 昌智
O-9	水中ウォーキング/OPEN	18歳以上	金	12:00~12:50		10名	プール		中西 昌智
O-10	はじめてのプール ジュニアⅠクラス/OPEN	小学生	金	16:00~16:50		8名	プール		中西 昌智

※1 参加申込は、先着順となります。

・・・ 廃止クラス