

# 片山市民プール トレーニングルーム内教室タイムスケジュール

2021年6月～

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日		
9時 入場時間	<b>NEW!</b>	ヨガ教室① 9:15～10:45 9:00	9月～6月 毎週 火曜日 休館日		太極拳 ①9:30～10:10(9:15) ②10:20～11:00(10:05)			9時 入場時間	
10時 入場時間	ピラティス教室 10:30～11:30 10:15			レディストレーニング 10:00～11:30 9:40		レディストレーニング 10:00～11:30 9:40	タップダンス 10:30～11:45 10:15	10時 入場時間	
11時 入場時間		ヨガ教室② 11:15～12:45 10:50			太極剣 11:10～12:10 11:00			11時 入場時間	
12時 入場時間	<b>NEW!</b>						背骨コンディショニング 12:10～13:10 11:55	12時 入場時間	
13時 入場時間	ボディパンプ45 13:00～14:00 12:45	ハツラツ教室 13:30～15:00 13:15			シェイプアップ 13:30～15:00 13:15		ヨガ教室① 13:00～14:30 12:45		13時 入場時間
14時 入場時間								こども体操教室① 14:00～15:00 13:50	14時 入場時間
15時 入場時間			7月・8月 休館日は ございません	こどもダンス教室① 15:50～16:50 15:35	こども体操教室① 15:20～16:20 15:05	ヨガ教室② 15:00～16:30 14:50	こども体操教室② 15:10～16:10 15:00	15時 入場時間	
16時 入場時間					こども体操教室② 16:30～17:30 16:20			こども体操教室③ 16:20～17:20 16:10	16時 入場時間
17時 入場時間				こどもダンス教室② 17:00～18:00 16:50			17:00～18:00 こども運動能力開発 16:50		17時 入場時間
18時 入場時間		ヘルストレーニング 18:00～20:30 17:40			ヘルストレーニング 18:00～20:30 17:40		背骨コンディショニング 18:45～19:45 18:30		18時 入場時間
19時 入場時間									19時 入場時間

教室名	期間	開催曜日・時間	参加料金(税込)	KSP自主事業
ヨガ教室	1期 3ヶ月	月①9:15～10:45 ②11:15～12:45 金①13:00～14:30 ②15:00～16:30	各2,340円	
ハツラツ教室	1期 3ヶ月	月13:30～15:00	4,680円	KSP・体協 自主事業
太極拳	1期 3ヶ月	木①9:30～②10:10 ②10:20～11:00	2,610円 ※太極剣と併学6,870円	
太極剣	1期 3ヶ月	木11:10～12:10	4,770円 ※太極拳と併学6,870円	
タップダンス	1期 3ヶ月	土10:30～11:45	大人 6,750円 子供 4,170円	健康づくり 事業団・共催
背骨コンディショニング	1期 3ヶ月	金18:45～19:45 土12:10～13:10	各7,260円	
こども体操教室	1期 2ヶ月	土①14:00～15:00 ②15:10～16:10 ③16:20～17:20	各7,360円	共催教室 (体育協会)
こどもダンス教室	1期 2ヶ月	水①15:50～16:50 ②17:00～18:00	各7,360円	
こども運動能力開発教室	1期 2ヶ月	金17:00～18:00	7,360円	
ピラティス教室	1期 3ヶ月	日10:30～11:30	7,260円	
ボディパンプ45	1期 3ヶ月	日13:00～14:00	7,260円	