

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4月～

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
9時		ヨーガ教室 ① 9:15～10:45	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		9:00						入場時間
10時				レディーストレーニング 10:00～11:30 9:40		レディーストレーニング 10:00～11:30 9:40	タップダンス 10:30～11:45 10:15	10時
入場時間								入場時間
11時		ヨーガ教室 ② 11:15～12:45			太極剣 11:10～12:10 11:00			11時
入場時間		10:50						入場時間
12時							背骨コンディショニング 12:10～13:10 11:55	12時
入場時間								入場時間
13時		ハツラツ教室 13:30～15:00	7月・8月 休館日は ござい ません	シェイプアップ 13:30～15:00 13:15		ヨーガ教室① 13:00～14:30 12:45		13時
入場時間		13:15						入場時間
14時							こども体操教室① 14:00～15:00 13:50	14時
入場時間								入場時間
15時				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	ヨーガ教室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								入場時間
16時					こども体操教室② 16:30～17:30 16:20	17:00～18:00 こども運動能力開発 16:50	こども体操教室③ 16:20～17:20 16:10	16時
入場時間								入場時間
17時				こどもダンス教室② 17:00～18:00 16:50				17時
入場時間								入場時間
18時		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								入場時間
19時								19時
入場時間								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
ヨーガ教室	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	