

2021年度 第2期 大人のスポーツ教室日程

6/22 (火) 9:00より受付スタート

申込みはご本人様のみに限ります。 ※代理での申込みはできません

曜日	クラス名	場所	時間	担当	定員	最少 催行	回数	@	3ヶ月料金	開催日														
										2021年7月				2021年8月				2021年9月						
火曜日	バドミントン初中級	第1 A B	9:45~11:45	山口	60	33	10	770	¥7,700	6	13	20	27			17	24	31		7	14		28	
	バドミントン中級	第1 B	12:30~14:30	山口	30	22	10	880	¥8,800	6	13	20	27			17	24	31		7	14		28	
	かんたんリズム	スタジオ	10:00~11:00	牧野	20	8	11	550	¥6,050	6	13	20	27	3		17	24	31		7	14		28	
	姿勢改善・ボディケア	スタジオ	11:10~12:10	牧野	20	8	11	550	¥6,050	6	13	20	27	3		17	24	31		7	14		28	
	中級スイム	プール	10:35~11:35	大野	16	4	11	770	¥8,470	6	13	20	27	3		17	24	31		7	14		28	
	元気アップ体操	スタジオ	13:45~14:45	河合	20	3	11	550	¥6,050	6	13	20	27	3		17	24	31		7	14		28	
水曜日	住吉さわやか体操Ⅰ	スタジオ	9:30~10:30	前田・石賀	20	4	12	550	¥6,600		7	14	21	28	4		18	25		1	8	15	22	29
	住吉さわやか体操Ⅱ	スタジオ	10:45~11:45	前田・石賀	20	4	12	550	¥6,600		7	14	21	28	4		18	25		1	8	15	22	29
	初級スイム	プール	11:00~11:45	富田	16	6	12	550	¥6,600		7	14	21	28	4		18	25		1	8	15	22	29
	中級スイム	プール	12:00~13:00	富田	16	5	12	770	¥9,240		7	14	21	28	4		18	25		1	8	15	22	29
	ステップアップスイム (月単位)	プール	13:10~14:10	富田	6	3	-	1650	月6,600円 (4回時)		7	14	21	28	4		18	25		1	8	15	22	29
	健康体操	スタジオ	13:15~14:30	斉藤	20	11	10	550	¥5,500		7	14	21	28	4		18	25		1	8	15		
	元気アップ体操	スタジオ	14:45~15:45	海野	20	10	12	550	¥6,600		7	14	21	28	4		18	25		1	8	15	22	29
	大人バレエ	多目的	19:30~20:40	原野	14	7	10	1375	¥13,750				21	28	4	11	18	25		1	8	15	22	
	硬式テニス (初級) ※Aコート	第1 A	19:15~20:45	三輪	10	5	7	1100	¥7,700					28	4		18	25			8	15	22	
硬式テニス (中級) ※Bコート	第1 B	19:00~20:30	田村	15	8	8	1100	¥8,800					21	28	4		18	25		1	8	15		
木曜日	アクアダンス	プール	10:25~11:10	大野	20	3	12	550	¥6,600	1	8	15	22	29	5		19	26		2	9	16	23	
	太極拳	スタジオ	10:00~11:00	藤岡	20	8	14	550	¥7,700	1	8	15	22	29	5	12	19	26		2	9	16	23	30
	硬式テニス初心者 (午前)	第1 B	10:00~11:30	田村	15	8	10	1100	¥11,000	1	8	15		29	5		19	26		2	9	16		
	硬式テニス初心者 (午後)	第1 B	13:00~14:30	田村	15	8	10	1100	¥11,000	1	8	15		29	5		19	26		2	9	16		
	はじめてヨガ60	スタジオ	11:30~12:30	平野	20	9	14	550	¥7,700	1	8	15	22	29	5	12	19	26		2	9	16	23	30
	ヨガ60	スタジオ	13:00~14:00	平野	20	9	12	550	¥6,600	1	8	15		29	5	12	19	26		2	9	16		30
	フィットネスステーション	スタジオ	19:15~20:15	スタッフ	20	3	8	550	¥4,400					29	5		19	26		2	9	16		30
金曜日	ヨガ70	スタジオ	10:30~11:40	岡田	20	8	13	550	¥7,150	2	9	16	23	30	6	13	20	27		3	10	17	24	
	エンジョイミット	プール	10:15~11:00	大野	20	4	12	550	¥6,600	2	9	16	23	30	6		20	27		3	10	17	24	
	やさしいピラティス	スタジオ	13:00~14:00	大野	20	3	12	550	¥6,600	2	9	16	23	30	6		20	27		3	10	17	24	
	HULAHULA	スタジオ	14:15~15:00	草西	20	9	11	550	¥6,050	2	9	16		30	6		20	27		3	10	17	24	
	ジュニアバドミントン	第1 B	18:00~19:45	保田	25	17	11	1375	¥15,125	2	9	16		30	6		20	27		3	10	17	24	
	硬式テニス (初級ゲーム)	第1 A	19:15~20:45	三輪	10	5	7	1100	¥7,700					30	6		20	27			10	17	24	
土曜日	少人数制有料スイミングスクール	プール	12:15~13:15	柴田	6	3	-	1650	1ヶ月4回時 6,600円		10	17	24	31		7	14	21	28	4	11	18	25	
	はじめてヨガ70	スタジオ	13:10~14:20	岡田	20	8	13	550	¥7,150	3	10	17	24	31		7	14	21	28	4	11	18	25	
	ヨガ70	スタジオ	9:30~10:40	岡田	20	8	13	550	¥7,150	4	11	18	25		1	8	15	22	29	5	12	19	26	

※申込時の注意事項

- ・ 申込みは先着順です。定員になり次第〆切ります
- ・ お申込みは本人様に限ります。(電話や代理でのお申込みは出来ません)
※ご夫婦、ご兄弟、ご親戚、ご友人であっても代理での申込みはできません。

ご利用に際しては新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力をお願いします。



AGAINST COVID-19

住吉スポーツセンター 住吉屋内プール

TEL.06-6694-9201

〒558-0021 大阪市住吉区浅香1-8-15