

秋期スクール生大募集！

9月1日(火)

あさ10:00より受付開始

受講期間

10月>12月まで

今から始める美姿勢ケア

要予約

日 時

木曜 10:00~11:00
金曜 19:30~20:30

料 金

新規 11,000 円
継続 10,000 円

募 集

女性限定
木曜 10 名 金曜 8 名

《現在大募集中》

◎単発体験も可能◎

お電話にて承ります♪

朝活 運動の秋に新たな習慣を始めてみませんか？

骨盤底筋群を意識したトレーニングを行い
呼吸とともに体の内側をやさしく
目覚めさせる美姿勢ケアです♪
姿勢を支えるインナーに働きかけ
日常の動作を軽やかに☆
～頑張りすぎず、自然なキレイを育てたい方に～

スイミングスクール

日 時

水曜 木曜 金曜 ※16:05~
※開始時間はクラスにより変動します。

料 金

10,500 円 (3ヶ月 10 回分)

募 集

各曜日 20 名

～お申込みについて～

- ・お申込み受付時間は 10:00~20:00 です。電話での受付も承ります。
- ただし、お申込み後1週間以内に手続きが必要です。完了していない場合は自動的にキャンセルとなります。
- ・18歳未満の方はご本人の保護者、18歳以上の方はご本人が受講料を持参し各担当場所にお越しください。
- ・受講料のお支払いは、2回目以降(継続の場合)から「ゆうちょ銀行」からの引落しができます。
- ・お申込み後、8日以内はキャンセル(全額返金)可能ですが、それ以降からスクール開始までの間は事務手数料(2,000 円)を除いた金額の返金となります。
- ただし、スクール開始後は一切の(金額)返金できませんのでご了承ください。
- ・各種スクール日程、定員は変更する場合があります。その他、各詳細・日程などはお問合わせください。
- ・テニススクールは、ドラゴンハットでのお申込み、その他スクールは、スポーツセンターでのお申込みになります。

スイミング振り分けテスト日
9/24(木)・25(金) 16:00~

申込期間 ...9/21(月) 12:00 まで
※おむつが取れている方限定

- ・持ち物や当日の服装等は事前申込の方にお知らせします。
- ・定員を超えた場合抽選となります。予めご了承ください。
- ・抽選で外れた方に電話にてお知らせします。

妹背の里

日 時

10月9日(金)
17時~18時

料 金

お一人様 1,000 / 回

中学生以上の男女

※18歳未満は保護者同伴
定員 30 名
※6名以上で開催

～運動遊び～

ヨガと同時刻で

4歳以上~小学校3年生までを対象に
コーディネーションを主とした
運動遊びを実施します☆
(ヨガ参加のお子様に限ります)
大人は「ヨガ」お子様は「運動遊び」で
楽しみましょう♪

ヨガと運動遊び

要予約

募 集

イベント情報！

ドラゴンふれあいフリーマーケット開催
9/12(土) 10/17(土)
※屋外開催のため雨天中止
詳細は ☎0748-58-3115
または総合運動公園 HP

(公財)竜王町地域振興事業団

竜王町総合運動公園

妹背の里

ドラゴンハット

☎0748-58-3113

ドラゴンスポーツセンター

☎0748-58-3173

妹背の里

☎0748-57-1819



総合運動公園
HP



総合運動公園
ブログ



総合運動公園
Instagram



妹背の里
ブログ



妹背の里
Instagram

★開講スクール一覧★

▶3か月10回分の料金表記となっております

※施設運営状況により開催曜日が変更になる場合がございます

火曜

クラシックバレエ

(幼児～Jr②)
受講料 12,150 円 継続 11,250 円
(一般)
受講料 12,600 円 継続 11,700 円
※施設都合で9回となります

時 間:16:00～17:00
対 象:幼児(年中・年長)
募 集:9名

時 間:17:10～18:10
対 象:Jr①(小1～小3)
募 集:4名

時 間:18:20～19:20
対 象:Jr②(小4～中3)
募 集:4名

時 間:19:30～20:30
対 象:一般女性
募 集:なし

ウォーターエクササイズ

受講料:11,000 円 継続 10,000 円
時 間:20:00～20:45
対 象:一般男女
募 集:10名

Enjoy スイム

受講料:8,000 円 継続 7,500 円
時 間:16:00～17:00
対 象:一般男女
募 集:5名

ジュニアテニススクール

受講料:10,500 円 継続 9,500 円
時 間:18:15～19:15
対 象:初心者から初中級(小学生)
募 集:若干名

テニススクール

受講料:14,000 円 継続 13,000 円
時 間:19:30～21:00
対 象:一般男女(18歳以上)
募 集:10名

幼児クラス
☆大募集中☆
見学OK

水曜

D-step dance

受講料:9,500 円継続 8,500 円
対 象:小1～中3

Girls
時 間:17:00～18:00
募 集:10名

HIP-HOP
時 間:18:00～19:00
募 集:10名

ZUMBA

受講料:9,000 円 継続 8,000 円
時 間:20:45～21:30
対 象:一般男女
募 集:10名

ボルダリング教室

受講料:12,500 継続:11,500
募集定員を超えた場合は
抽選といたします

第1部
時 間:17:30～18:30
対 象:小学生
募 集:なし

第2部
時 間:18:45～19:45
対 象:小学生
募 集:なし

Enjoy 水中ウォーキング

受講料:8,000 円 継続 7,500 円
時 間:12:15～13:15
対 象:一般男女
募 集:5名

リトルスイミングクラス

受講料:12,000 円継続 11,000 円
時 間:15:00～16:00
対 象:2歳～4歳
募 集:20名

スイミングスクール

受講料:10,500 円継続 9,500 円
時 間:16:05～19:00
対 象:4歳～小学生
募 集:20名

木曜

ウォーターエクササイズ

受講料:11,000 円継続 10,000 円
時 間:19:00～19:45
対 象:一般男女
募 集:10名

スイミングスクール

受講料:10,500 円 継続 9,500 円
時 間:16:05～19:00
対 象:4歳～小学生
募 集:20名

今から始める美姿勢ケア

受講料:11,000 円 継続 10,000 円
時 間:10:00～11:00
対 象:一般女性
募 集:10名

ビューティーヨガ

受講料:11,000 円継続 10,000 円
時 間:19:10～20:20
対 象:一般女性(16歳以上)
募 集:10名

ピラティス

受講料:11,000 円 継続 10,000 円
時 間:20:40～21:40
対 象:一般男女
募 集:若干名

金曜

Enjoy サイズ

受講料:7,000 円 継続 6,500 円
時 間:9:45～10:45
対 象:一般男女
募 集:5名

楊名時八段錦太極拳

受講料:9300 円 継続 8,300 円
時 間:11:00～12:15
対 象:一般男女
募 集:10名

今から始める美姿勢ケア

受講料:11,000 円 継続 10,000 円
時 間:19:30～20:30
対 象:一般女性
募 集:8名

D-step dance

受講料:9,500 円 継続 8,500 円
対 象:小1～中3

HIP-HOP

時 間:17:00～18:00
募 集:17名

Girls

時 間:18:00～19:00
募 集:9名

Enjoy スイム

受講料:8,000 円 継続 7,500 円
時 間:12:15～13:15
対 象:一般男女
募 集:若干名

スイミングスクール

受講料:10,500 円継続 9,500 円
時 間:16:05～19:00
対 象:4歳～小学生
募 集:20名

テニススクール

受講料:14,000 円 継続 13,000 円

(初心者)

時 間:9:30～11:00
対 象:一般男女(18歳以上)
募 集:若干名

(初中級)

時 間:11:15～12:45
対 象:一般男女(18歳以上)
募 集:若干名

(上級)

時 間:19:30～21:00
対 象:一般男女(18歳以上)
募 集:8名

土曜

やさしい太極拳(楊名時健康太極拳)

受講料:9,500 円 継続 8,500 円
時 間:10:30～12:00
対 象:一般男女
募 集:5名

初級エアロビクス

受講料:10,000 円 継続 9,000 円

時 間:9:15～10:15
対 象:一般男女
募 集:8名

時 間:19:00～20:00
対 象:一般男女
募 集:7名

テニススクール

(初心者)
時 間:16:00～17:30
募 集:7名

(初級)
時 間:18:00～19:30
募 集:7名

(中級)
時 間:19:45～21:15
募 集:10名
受講料:14,000 円 継続 13,000 円
対 象:一般男女(18歳以上)

らくらくヘルパースイミング

受講料:10,000 円 継続 9,000 円
時 間:※12:10～13:20※
12:10～13:00(基礎クラス)
12:30～13:20(クロール背泳クラス)
対 象:5歳～小学生
募 集:若干名

リトルスイミングクラス

受講料:12,000 円 継続 11,000 円
時 間:15:00～16:00
対 象:2歳～4歳
募 集:20名

スイミングスクール

受講料:10,500 円 継続 9,500 円
時 間:16:05～19:00
対 象:4歳～小学生
募 集:なし

日曜

ボルダリング教室

受講料:12,500 円 継続 11,500 円

募集定員を超えた場合は抽選といたします。

第1部(初級クラス)

時 間:10:00～11:00
対 象:小学生
募 集:なし

第2部(初級クラス)

時 間:11:15～12:15
対 象:小学生
募 集:なし

第3部(中級クラス)

時 間:12:30～13:30
対 象:小学生
募 集:なし