

(公財)竜王町地域振興事業団

ドラゴンハット

3月2日(火)あさ10:00 受付開始 からのお知らせ

スポーツセンター

☎0748-58-3173

[スクール名変更あります]

slow-flow ヨガ→コンディショニングヨガ

キレイになるヨガ→リラックスヨガ

エナジーヨガ→パワーヨガ

[無料体験会]

要予約

『ウォーターエクササイズ』

開催日 3/18 19:00~19:45

開催日 3/23 20:00~20:45

『ZUMBA』

開催日 3/18 19:50~20:35

開催日 3/23 11:00~11:45

開催日 3/24 20:45~21:30

『ピラティス』

開催日 3/25 20:50~21:50

『Enjoy サイズ』

開催日 3/26 9:45~10:45

『楊名時太極拳』

開催日 3/26 11:00~12:15

『やさしい太極拳』

開催日 3/27 10:30~12:00

『スポーツチャンバラ』

開催日 3/12 19:00~20:00

『コンディショニングヨガ』

開催日 3/17 9:45~10:45

開催日 3/23 9:45~10:45

『リラックスヨガ』

開催日 3/18 18:50~19:50

『パワーヨガ』

開催日 3/18 19:20~20:20

『ルーシーダットン』

開催日 3/26 20:30~21:30

『初級エアロビクス』

開催日 3/20 9:15~10:15
19:00~20:00

『バレエ見学会』 電話にて問合せください

無料体験で新たな自分探しを・・・

妹背の里

☎0748-57-1819

[さくらライトアップ祭り]

開催日 3月27日(土) ~ 4月11日(日)

時間 18:00 ~ 20:00

※土日は21時00分まで開園

予約不要

園内外のソメイヨシノやしだれ桜などの桜が咲き揃い、周囲を美しく彩ります。

※桜の開花状況により、日程が変更になる場合がございます。
事前にHPでご確認ください。

[キャンドルナイトヨガ]

開催日 5月14日(金)

受講料 1人 1,000円

持ち物 運動出来る服装、飲料、タオル、ヨガマット(あれば)

時間 19:30 ~ 20:30

要予約

※雨天中止:中止の場合は、当日10時にHP上でお知らせします。

SNSで確認できます



総合運動公園 Facebook



総合運動公園 HP



妹背の里 Twitter



妹背の里 Facebook



妹背の里 Instagram

火曜

クラシックバレエ 受講料:12,500円 継続:11,500円 対象:幼児(年中・年長) 時間:16:00~17:00 募集:5名 対象:Jr①(小1~小3) 時間:17:10~18:10 募集:なし 対象:Jr②(小4~中3) 時間:18:20~19:20 募集:なし 対象:一般女性 時間:19:30~20:30 募集:なし	コンディショニングヨガ 受講料:9,500円継続8,500円 時間:9:45~10:45 対象:一般男女 募集:5名	ピラティス 受講料:9,500円継続8,500円 時間:13:30~14:30 対象:一般男女 募集:若干名
ウォーターエクササイズ 受講料:9,500円継続8,500円 時間:20:00~20:45 対象:一般男女 募集:10名		
Enjoy スイム 受講料:6,500円継続6,000円 時間:16:00~17:00 対象:どなたでも 募集:なし	テニススクール(初心者~中級) 受講料:13,000円継続10,800円 時間:19:30~21:00 対象:一般男女(18歳以上) 募集:5名	
ZUMBA 受講料:7,500円継続6,500円 対象:一般男女 時間:11:00~11:45 募集:若干名		ジュニアテニススクール 受講料:9,500円継続8,500円 対象:初心者(小学生) 時間:17:00~18:00 募集:5名
		対象:初中級(小学生) 時間:18:15~19:15 募集:5名

水曜

コンディショニングヨガ 受講料:9,500円継続8,500円 時間:9:45~10:45 対象:一般男女 募集:5名	Enjoy 水中ウォーキング 受講料:6,500円継続6,000円 時間:12:15~13:15 対象:どなたでも 募集:なし	スイミング 振り分けテスト日 3/24・26・27 16:00~ ~申込期間~ 3/2 10:00 ~ 3/21 12:00 ・持ち物や当日の服装等は事前申し込み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ので予めご了承ください。 ・抽選で外れた方のみ電話にてお知らせします。
ZUMBA 受講料:7,500円継続6,500円 時間:20:45~21:30 対象:一般男女 募集:5名	スイミングスクール 受講料:9,500円継続8,500円 時間:16:05~18:10 対象:3歳~小学生 募集:15名	

木曜

スイミングスクール 受講料:9,500円継続8,500円 時間:16:05~19:10 対象:3歳~小学生 募集:15名	リラックスヨガ 受講料:9,500円継続8,500円 時間:18:50~19:50 対象:一般男女 募集:5名	ZUMBA 受講料:7,500円継続6,500円 時間:19:50~20:35 対象:一般男女 募集:5名
ウォーターエクササイズ 受講料:9,500円継続8,500円 時間:19:00~19:45 対象:一般男女 募集:10名	ピラティス 受講料:9,500円継続8,500円 時間:20:50~21:50 対象:一般男女 募集:5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及び印鑑をお持ちになって各担当場所にお越しください。
- ・受講料のお支払は、2回目以降(継続の場合)から「ゆうちょ銀行」からの引落が出来ます。
- ・お申し込み後、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)返金が出来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のでご了承ください。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。

金曜

楊名時健康太極拳 受講料:7,800円継続6,800円 時間:11:00~12:15 対象:一般男女 募集:10名	Enjoy サイズ 受講料:5,500円継続5,000円 時間:9:45~10:45 対象:どなたでも 募集:5名	ルーシーダットン 受講料:9,500円継続8,500円 時間:20:30~21:30 対象:一般男女 募集:10名
スイミングスクール 受講料:9,500円継続8,500円 時間:16:05~19:10 対象:3歳~小学生 募集:15名	パワーヨガ 受講料:7,500円継続6,500円 時間:19:20~20:20 対象:一般男女 募集:5名	Enjoy スイム 受講料:6,500円継続6,000円 時間:12:15~13:15 対象:どなたでも 募集:なし
D-step dance 受講料:8,500円継続7,500円 対象:小1~中3 HIP-HOP 時間:17:00~18:00 募集:5名		スポーツチャンバラ 受講料:8,500円継続7,500円 時間:19:00~20:00 対象:4歳以上一般男女 募集:10名
		フリースタイル 時間:18:00~19:00 募集:5名

土曜

やさしい太極拳(楊名時健康太極拳) 受講料:8,000円継続7,000円 時間:10:30~12:00 対象:一般男女 募集:10名	テニススクール(初心者~中級A) 時間:16:00~17:30 募集:2名 テニススクール(初心者~中級B) 時間:18:00~19:30 募集:5名 テニススクール(中級~中上級) 時間:19:45~21:15 募集:5名 受講料:13,000円継続10,800円 対象:一般男女(18歳以上)
初級エアロビクス 受講料:8,500円継続7,500円 対象:一般男女 時間:9:15~10:15 募集:10名	時間:19:00~20:00 募集:10名
スイミングスクール 受講料:9,500円継続8,500円 時間:16:05~19:10 対象:未就学児水慣れ限定 募集:5名	ZUMBA 受講料:7,500円継続6,500円 時間:20:30~21:15 対象:一般男女 募集:なし

~新型コロナウイルス感染症対策のお知らせ~



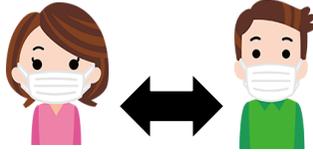
館内でのマスク着用



ご来館時や退館時は手指の消毒



館内の定期的な除菌清掃



レッスン定員の制限や距離



コロナの症状や37.5℃以上ある方はご来館自粛



入口での検温

施設内での待合や待機をご遠慮いただいています。お連れの方待合は施設の外か車での待機をお願いします。皆様に安心してお越しいただけるようご協力をお願いいたします。