

守スポ定期教室 受付は、先着順です。お支払と申込書の記入を行って下さい。

追加募集中



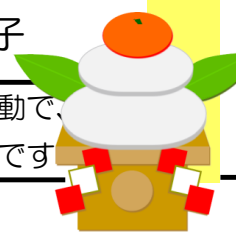
成人水泳1	【期間】 1/6~3/17(毎週月曜)
	【時間】 19:00~20:00
	【料金】 6,000円
	【対象】 一般【講師】 深谷・後藤
	【内容】 身体に負荷をかけず無理なく水泳の練習をする教室です

成人水泳2	【期間】 1/9~3/13(毎週木曜)
	【時間】 19:00~20:00
	【料金】 6,000円
	【対象】 一般【講師】 後藤・深谷
	【内容】 身体に負荷をかけず無理なく水泳の練習をする教室です

やさしいエアロビクス	【期間】 1/7~3/18(毎週火曜)
	【時間】 13:45~14:45
	【料金】 5,200円
	【対象】 一般【講師】 外山広子
	【内容】 音楽に合わせての全身運動で、シェイプアップを目的とする教室です

チアダンス1	【期間】 1/8~3/12(毎週水曜)
	【時間】 16:00~17:00
	【料金】 5,200円
	【対象】 小学生【講師】 小島真由美
	【内容】 ダンスの導入に！！サイコ-のスマイルを体験しよう！

チアダンス2	【期間】 1/8~7/12(毎週水曜)
	【時間】 17:00~18:00
	【料金】 5,200円
	【対象】 小学生【講師】 小島真由美
	【内容】 ダンスの導入に！！サイコ-のスマイルを体験しよう！



ジュニア水泳
ハイクラス1

【期間】 1/6~3/17(毎週月曜)

【時間】 18:00~19:00

【料金】 6,000円 【講師】 深谷・後藤

【対象】 小学生(25M以上クロールで泳げる方)

【内容】 背泳ぎ・平泳ぎの習得を目的としたクロール習得後のステップアップ教室です

ジュニア水泳
ハイクラス2

【期間】 1/9~3/13(毎週木曜)

【時間】 18:00~19:00

【料金】 6,000円 【講師】 後藤・深谷

【対象】 小学生(25M以上クロールで泳げる方)

【内容】 背泳ぎ・平泳ぎの習得を目的としたクロール習得後のステップアップ教室です

水中ウォーキング

【期間】 1/9~3/13(毎週木曜)

【時間】 11:00~12:00

【料金】 6,000円

【対象】 一般 【講師】 後藤・荒川

【内容】 泳げないけど、水の中で運動してみたい方にお勧めの教室です



ビーチボールバレー

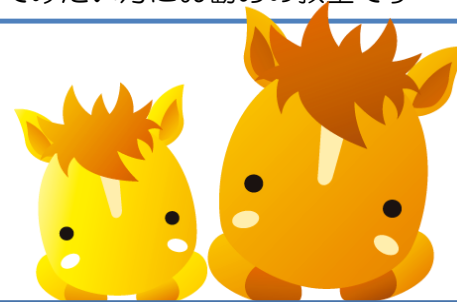
【期間】 1/9~4/13(毎週木曜)

【時間】 19:00~20:30

【料金】 5,200円

【対象】 一般 【講師】 早川 八郎

【内容】 ビーチボールを使ったバドミントンコートで行うバレーボールです



多
種
目
教
室

【期間】 1/9~2/27(毎週木曜)

【時間】 19:30~20:30

【料金】 4,400円

【対象】 一般 【講師】 職員

【内容】 バスケやバレーなど様々なスポーツを行う教室です



初
心
者
水
泳

【期間】 1/6~3/17(毎週月曜)

【時間】 11:00~12:00

【料金】 6,000円

【対象】 一般 【講師】 深谷・後藤

【内容】 クロールで25Mの泳力をつけることを目的とした教室です

