2023년 3월 체육 프로그램 모집

★ 온라인 접수와 현장접수가 동시에 진행 되므로 현장접수 대기중 정원이 마감되어 접수가 불가능 할 수 있습니다.

장애인 접수 시 방문 및 유선 상담 후 접수 부탁드립니다.

◎요가/필라테스

프로그램명	시 간	요 일	장 소	대 상	수강료	모집인원
건강요가A	06:00 ~ 06:50	월수금	2층 다목적실A	성인	39,000원	19
SNPE바른자세 운동A	12:00 ~ 13:20	월 수			55,000원 (교정벨트별도)	14
SNPE바른자세 운동B	07:00 ~ 07:50	화 목			40,000원 (교정벨트별도)	9
바디체인지 필라테스A	09:00 ~ 09:50	월수금			39,000원	17
바디체인지 필라테스B		화 목			30,000원	21
웰빙스트레칭	10:00 ~ 10:50	월수금			39,000원	16
요가필라테스		화 목			30,000원	22
키크는 요가	18:00 ~ 18:50	월 수			초등생	22,000원
매트&소도구 필라테스	19:00 ~ 19:50	월 수		성인	38,000원	19
바디라인 필라테스		화 목			30,000원	23
파워 필라테스	20:00 ~ 20:50	월수금			39,000원 (필라테스링, 밴드 개인지참)	11
바른자세요가		화 목			30,000원	18
힐링요가	21:00 ~ 21:50	월수금			39,000원	17

◎체육 프로그램

프로그램명		시 간	요 일	장 소	대 상	수강료	모집인원	
점 핑 피트니스	09A	09:00	월수금	3층 다목적 체육관	성인	65,000원	12	
	09B	~ 09:50	화목			49,000원	19	
	10A	10:00	월수금			65,000원	4	
	10B	~ 10:50	화 목			49,000원	10	
	11A	11:00	월수금			65,000원	16	
	11B	~ 11:50	화 목			49,000원	17	
	12A	12:00 ~ 12:50	월수금			65,000원	19	
소그룹 유아· 초등 인라인C			월	3층 다목적 체육관	6세 ~ 초등3	40,000원	8	
소그룹 유아· 초등 인라인D		15:00 ~ 15:50	수				4	
소그룹 유아· 초등 인라인A			금				5	
소그룹 유아· 초등 인라인B		16:00 ~ 16:50	금				1	
소그룹 초등 인라인			수				4	
주말 유아인라인		14:00 ~ 14:50					6 ~ 7세	18
주말 어린이 인라인A		15:00 ~ 15:50	토				초등생	33,000원
주말 어린이 인라인B		16:00 ~ 16:50		18				
(소그룹)키즈 배드민턴		17:00 ~ 17:50	금	35,000원	4			
주말 청소년 농구 프로농구 교실A			토	초등3 ~ 중학생	24,300원	26		
프로농구 교실A			화 목		30,000원	24		
프로농구 교실B		18:00 ~ 18:50	금		18,000원	30		
주말초등축구		09:00 ~ 09:50		초등생	35,000원	5		
주말연식야구		10:00 ~ 11:50			66,000원	13		
줌바A		09:00 ~ 09:50	토	2층 다목적실A	성인	35,000원	12	
어린이 방송댄스		10:00 ~ 10:50			초등생	9		
성인 방송댄스		11:00 ~ 11:50			성인	18		

2023년 3월 헬스 프로그램 모집

★ 온라인 접수와 현장접수가 동시에 진행 되므로 현장접수 대기중 정원이 마감되어 접수가 불가능 할 수 있습니다.

장애인 접수 시 방문 및 유선 상담 후 접수 부탁드립니다.

프로그램명	시 간	요 일	장 소	대 상	수강료	모집인원
헬스 (운동복 및 샤워도구 개인지참)	06:00 ~ 21:50 <u>13:00 ~ 14:00</u> 소독 및 정비시간	월 ~ 금	2층 피트니스 센터	중고생 성인	37,000원 47,000원	339
	09:00 ~ 17:50 <u>13:00 ~ 14:00</u> 소독 및 정비시간	토				
PERSONAL TRAINING(10회) (상담 후 시간선택)	06:00 ~ 21:50	월 ~ 금		고등학생 이상	400,000원	상담 후 접수가능
PERSONAL TRAINING(8회) (상담 후 시간선택)					340,000원	

2023년 3월 기구필라테스 모집

★ 온라인 접수와 현장접수가 동시에 진행 되므로 현장접수 대기중 정원이 마감되어 접수가 불가능 할 수 있습니다.

장애인 접수 시 방문 및 유선 상담 후 접수 부탁드립니다.

프로그램명	시 간	요 일	장 소	대 상	수강료	모집인원		
기 구 필라테스 1:6 (운동복 및 샤워도구 개인지참)	06A	06:00 ~06:50	2층 필라테스 스튜디오	성인	주 3회 190,000원	4		
	07A	07:00 ~07:50				5		
	09A	09:00				월수금	6	
	09B	~09:50				화목	1	
	10A	10:00				월수금	3	
	10B	~10:50				화목	3	
	11A	11:00				월수금	1	
	11B	~ 11:50				화목	마감	
	13B	13:00 ~13:50				화목	6	
	14B	14:00 ~14:50				화목	주 2회 130,000원	3
	17A	17:00				월수	3	
	17B	~17:50				화목	4	
	18B	18:00 ~18:50				화목	3	
	19A	19:00				월수금	4	
	19B	~ 19:50				화목	1	
	20A	20:00				월수금	4	
	20B	~ 20:50				화목	마감	
	21A	20:00				월수금	2	
21B	~ 20:50	화목	3					

2023년 3월 서킷 핏 모집

★ 온라인 접수와 현장접수가 동시에 진행 되므로 현장접수 대기중 정원이 마감되어 접수가 불가능 할 수 있습니다.

장애인 접수 시 방문 및 유선 상담 후 접수 부탁드립니다.

프로그램명		시 간	요 일	장 소	대 상	수강료	모집인원
서킷 핏 1:6 (운동복 및 샤워도구 개인지참)	07B	07:00 ~07:50	화목	2층 서킷 핏 트레이닝룸	성인	주 3회 120,000원 주 2회 90,000원	6
	08B	08:00 ~08:50	화목				4
	09B	09:00 ~09:50	화목				2
	10A	10:00 ~10:50	월수금				3
	10B		화목				4
	11A	11:00 ~11:50	월수금				6
	11B		화목				5
	18A	18:00 ~18:50	월수				6
	19A	19:00 ~ 19:50	월수금				6
	19B		화목				5
	20A	20:00 ~ 20:50	월수금				4
	20B		화목				6
	21A	21:00 ~ 21:50	월수금				5
	21B		화목				2

2023년 3월 수영 모집

★ 온라인 접수와 현장접수가 동시에 진행 되므로 현장접수 대기중 정원이 마감되어
접수가 불가능 할 수 있습니다.

장애인 접수 시 방문 및 유선 상담 후 접수 부탁드립니다.

★ 수영강습

★ 초 중 급: 접영이하 회원 강습 있음.

★ 상 급: 접영이상 회원 강습 있음.

★ 월 정기 자유수영: 접영이상 회원 강습 없음.

프로그램명	시 간	요 일	장 소	대 상	수강료	모집인원							
강습 및 자유수영	새벽06A 상급 월정기자유	06:00	수영장	성인	주 3회 (강습/월정기자유)	3							
						1							
	새벽06A 초중급강습	~ 06:50				화 목	청소년	47,000원/42,100원	2				
									1				
	새벽06B 상급 월정기자유	07:00				월수금			2	32,200원/29,200원	4		
											2		
	새벽06B 초중급강습	~ 07:50				화 목			6	21,800원/19,400원	1		
											1		
	새벽07A 상급강습	09:00				월수금	성인	주 2회 (강습/월정기자유)	마감				
									1				
	새벽07A 초중급강습	~ 09:50				화 목			성인	31,700원/28,100원	11		
											2		
	새벽07B 상급강습	10:00		월수금	마감	2					2		
											2		
	새벽07B 초중급강습	~ 10:50		화 목	마감	2					8		
											1		
	오전09A 상급 월정기자유	11:00		월수금	성인	주 2회 (강습/월정기자유)			2				
									1				
	오전09A 초중급강습	~ 11:50		화 목					성인	21,800원/19,400원	3		
											1		
	오전09B 상급 월정기자유	20:00		월수금			성인	21,800원/19,400원			마감		
											6		
	오전09B 초중급강습	~ 20:50		화 목							1	6	1
													1
오전10A 상급강습	21:00	월수금	청소년	21,800원/19,400원					6				
									1				
오전10A 초중급강습	~ 21:50	화 목					6	21,800원/19,400원	마감				
									6				
오전10B 상급강습	21:00	월수금			6	21,800원/19,400원	1						
							1						
오전10B 초중급강습	~ 21:50	화 목	1	21,800원/19,400원	1								
					1								
오전11A 상급강습	20:00	월수금	성인	주 2회 (강습/월정기자유)	3								
					1								
오전11A 초중급강습	~ 20:50	화 목			성인	21,800원/19,400원	마감						
							6						
오전11B 상급강습	21:00	월수금					성인	21,800원/19,400원	6				
									1				
오전11B 초중급강습	~ 21:50	화 목							6	21,800원/19,400원	마감		
											6		
저녁20A 상급강습	21:00	월수금			청소년	21,800원/19,400원			1				
									1				
저녁20A 초중급강습	~ 21:50	화 목					6	21,800원/19,400원	1				
									1				
저녁20B 상급강습	21:00	월수금	6	21,800원/19,400원			1						
							1						
저녁20B 초중급강습	~ 21:50	화 목	1	21,800원/19,400원	1								
					1								
저녁21A 상급 월정기자유	21:00	월수금	성인	21,800원/19,400원	6								
					1								
저녁21A 초중급강습	~ 21:50	화 목			6	21,800원/19,400원	마감						
							6						
저녁21B 상급 월정기자유	21:00	월수금			6	21,800원/19,400원	1						
							1						
저녁21B 초중급강습	~ 21:50	화 목	1	21,800원/19,400원	1								
					1								

프로그램명		시 간	요 일	장 소	대 상	수강료	모집인원	
아쿠아로빅	08A	08:00 ~ 08:50	월수금	수영장	성인	주 3회 56,000원	2	
	08B		화 목				9	
	13A	13:00 ~ 13:50	월수금				2	
	13B		화 목				20	
	14A	14:00 ~ 14:50	월수금				주 2회 39,000원	5
	14B		화 목				32	
	19A	19:00 ~ 19:50	월수금				15	
	19B		화 목				20	

프로그램명		시 간	요 일	장 소	대 상	수강료	모집인원		
유아·어린이 수영	유아레슨 15A	15:00 ~ 15:50	화 목	수영장	유아 (5 ~ 7세)	주 3회 소그룹 160,000원	마감		
	유아레슨 15B						3		
	소그룹 16A	16:00 ~ 16:50	화 목		7세 ~ 초등생		마감		
	소그룹 16B						1		
	소그룹 16C						1		
	소그룹 16D	17:00 ~ 17:50	월수금		7세 ~ 10세 (처음 배우는 회원만 가능 유아풀 진행)		주 2회 유아레슨·소그룹 110,000원	마감	
	소그룹 17A						마감		
	소그룹 17B						7세 ~ 초등생	어린이수영 23,500원	마감
	소그룹 17C								1
	어린이 수영 17A		월수금		어린이수영 (초등생)		6		