

2024년 1월 체육 프로그램 모집

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

장애인 프로그램 이용 시 방문 상담 후 접수 가능하오니 이용에 착오 없으시길 바랍니다.

◎요가/필라테스

프로그램명	시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소
건강요가A	06:00 ~ 06:50	월수금	22	39,000원	성인	2층 다목적실A
SNPE바른자세 운동A	12:00 ~ 13:20	월 수	15	55,000원 (교정벨트별도)		
SNPE바른자세 운동B	07:00 ~ 07:50	화 목	9	40,000원 (교정벨트별도)		
바디체인지 필라테스A	09:00 ~ 09:50	월수금	13	39,000원		
바디체인지 필라테스B		화 목	20	30,000원		
웰빙스트레칭	10:00 ~ 10:50	월수금	11	39,000원		
요가필라테스		화 목	15	30,000원		
매트&소도구 필라테스	19:00 ~ 19:50	월 수	24	38,000원		
바디라인 필라테스		화 목	30	30,000원		
파워 필라테스	20:00 ~ 20:50	월수금	20	39,000원 (필라테스링, 밴드 개인지참)		
바른자세요가		화 목	8	30,000원		
힐링요가	21:00 ~ 21:50	월수금	19	39,000원	초등생	
키크는 요가	18:00 ~ 18:50	월 수	22	22,000원		

◎체육 프로그램

프로그램명		시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소
점 핑 피트니스	09A	09:00	월수금	4	65,000원	성인	3층 다목적 체육관
	09B	~ 09:50	화 목	11	49,000원		
	10A	10:00	월수금	10	65,000원		
	10B	~ 10:50	화 목	3	49,000원		
	11A	11:00	월수금	10	65,000원		
	11B	~ 11:50	화 목	6	49,000원		
	12A	12:00	월수금	20	65,000원		
	12B	~ 12:50	화 목	20	49,000원		
소그룹 유아· 초등 인라인C		15:00 ~ 15:50	월	10	40,000원	6세 ~ 초등3	
소그룹 유아· 초등 인라인D			수	4			
소그룹 유아· 초등 인라인A			금	6		초등생	
소그룹 유아· 초등 인라인B		금	6	초등생			
소그룹 초등 인라인		수	1				
주말 유아인라인		14:00 ~ 14:50	토	19	33,000원	6 ~ 7세	
주말 어린이 인라인A		15:00 ~ 15:50		25		초등생	
주말 어린이 인라인B		16:00 ~ 16:50		16			
(소그룹)키즈 배드민턴		17:00	금	1	35,000원	초등3 ~ 중학생	
주말 청소년 농구		~ 17:50	토	7	24,300원		
프로농구 교실A		18:00	화 목	33	30,000원		
프로농구 교실B		~ 18:50	금	21	18,000원		
주말초등축구		09:00 ~ 09:50	토	19	35,000원	초등생	
주말연식야구		10:00 ~ 11:50		마감	66,000원		
줄바A		09:00 ~ 09:50			7	35,000원	성인

2024년 1월 헬스 프로그램 모집

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

장애인 프로그램 이용 시 방문 상담 후 접수 가능하오니 이용에 착오 없으시길 바랍니다.

프로그램명	시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소
헬스 (운동복 및 샤워도구 개인지참)	06:00 ~ 21:50	월 ~ 금	303	37,000원	중고생 성인	2층 피트니스 센터
	09:00 ~ 17:50 13:00 ~ 14:00 소독 및 정비시간	토		47,000원		
PERSONAL TRAINING(10회) (상담 후 시간선택)	06:00 ~ 21:50	월 ~ 금	상담 후 접수가능	400,000원	고등학생 이상	
PERSONAL TRAINING(8회) (상담 후 시간선택)				340,000원		

2024년 1월 기구필라테스 모집

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

장애인 프로그램 이용 시 방문 상담 후 접수 가능하오니 이용에 착오 없으시길 바랍니다.

프로그램명		시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소
기 구 필라테스 1:6 (운동복 및 샤워도구 개인지참)	06B	06:00 ~ 06:50	화 목	4	주 3회 190,000원 주 2회 130,000원	성인	2층 필라테스 스튜디오
	07A	07:00	월수금	5			
	07B	~ 07:50	화 목	6			
	08B	08:00 ~ 08:50	화 목	3			
	09A	09:00	월수금	3			
	09B	~ 09:50	화 목	2			
	10A	10:00	월수금	2			
	10B	~ 10:50	화 목	3			
	11A	11:00	월수금	마감			
	11B	~ 11:50	화 목	1			
	14B	14:00 ~ 14:50	화 목	1			
	17A	17:00	월 수	2			
	17B	~ 17:50	화 목	2			
	18A	18:00	월 수	6			
	18B	~ 18:50	화 목	1			
	19B	19:00 ~ 19:50	화 목	1			
	20A	20:00	월수금	1			
	20B	~ 20:50	화 목	마감			
	21A	21:00	월수금	4			
	21B	~ 21:50	화 목	1			

2024년 1월 서킷 핏 모집

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

장애인 프로그램 이용 시 방문 상담 후 접수 가능하오니 이용에 착오 없으시길 바랍니다.

프로그램명		시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소
서킷 핏 (운동복 및 샤워기구 개인지참)	10A	10:00 ~ 10:50	월수금	3	주 3회 120,000원 주 2회 90,000원	성인	2층 서킷 핏 트레이닝룸
	10B		화 목	4			
	18B	18:00 ~ 18:50	화 목	7			
	19A	19:00 ~ 19:50	월수금	5			
	19B		화 목	1			
	20A	20:00 ~ 20:50	월수금	2			
	20B		화 목	7			
	21A	21:00 ~ 21:50	월수금	4			
	21B		화 목	마감			

2024년 1월 수영 모집

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

※ 임신부 / 장애인 프로그램 이용 시 방문 상담 후 접수 가능하오니 이용에 착오 없으시길 바랍니다.

★ 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	모집인원	수강료	대 상	장 소		
강습 및 자유수영	새벽06A 상급 월정기자유	06:00 ~ 06:50	월수금	3	주 3회 (강습/월정기자유) 성인 47,000원/42,100원 청소년 32,200원/29,200원 주 2회 (강습/월정기자유) 성인 31,700원/28,100원 청소년 21,800원/19,400원	성인 청소년	수영장		
	새벽06A 초중급강습		마감						
	새벽06B 상급 월정기자유		화 목	5					
	새벽06B 초중급강습		2						
	새벽07A 상급강습	07:00 ~ 07:50	월수금	1					
	새벽07A 초중급강습		2						
	새벽07B 상급강습		화 목	1					
	새벽07B 초중급강습		2						
	오전09A 상급 월정기자유	09:00 ~ 09:50	월수금	마감				성인	
	오전09A 초중급강습		마감						
	오전09B 상급 월정기자유		화 목	6					
	오전09B 초중급강습		2						
	오전10A 상급강습	10:00 ~ 10:50	월수금	1					
	오전10A 초중급강습		마감						
	오전10B 상급강습		화 목	1					
	오전10B 초중급강습		1						
	오전11A 상급강습	11:00 ~ 11:50	월수금	2					성인 청소년
	오전11A 초중급강습		2						
	오전11B 상급강습		화 목	5					
	오전11B 초중급강습		4						
	저녁20A 상급강습	20:00 ~ 20:50	월수금	마감					
	저녁20A 초중급강습		1						
	저녁20B 상급강습		화 목	1					
	저녁20B 초중급강습		3						
	저녁21A 상급 월정기자유	21:00 ~ 21:50	월수금	9					
	저녁21A 초중급강습		1						
	저녁21B 상급 월정기자유		화 목	2					
	저녁21B 초중급강습		4						

프로그램명		시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소
아쿠아로빅	08A	08:00 ~ 08:50	월수금	마감	주 3회 56,000원 주 2회 39,000원	성인	수영장
	08B		화 목	2			
	13A	13:00 ~ 13:50	월수금	5			
	13B		화 목	5			
	14A	14:00 ~ 14:50	월수금	3			
	14B		화 목	7			
	19A	19:00 ~ 19:50	월수금	2			
	19B		화 목	12			

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