

2025년 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	18	39,000원	성인	2층 다목적실A
SNPE바른자세 운동A	12:00 ~ 13:20	월 수	8	55,000원 (교정벨트별도)		
SNPE바른자세 운동B	07:00 ~ 07:50	화 목	11	40,000원 (교정벨트별도)		
바디체인지 필라테스A	09:00	월수금	7	39,000원		
바디체인지 필라테스B	~ 09:50	화 목	6	30,000원		
웰빙스트레칭	10:00	월수금	2	39,000원		
요가필라테스	~ 10:50	화 목	17	30,000원		
매트&소도구 필라테스	19:00	월 수	18	38,000원		
체험교정을 위한 밸런싱요가B	~ 19:50	화 목	23	30,000원		
파워 필라테스	20:00	월수금	4	39,000원 (필라테스링, 밴드 개인지참)		
바른자세 요가A	~ 20:50	화 목	9	30,000원		
바른자세 요가B	21:00		25	30,000원		
힐링요가	~ 21:50	월수금	22	39,000원		
키키는 요가	18:00 ~ 18:50	월 수	25	22,000원	초등생	

◎체육 프로그램

프로그램명		시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소	
점 핑 피트니스	09A	09:00	월수금	2	65,000원	성인	3층 다목적 체육관	
	09B	~ 09:50	화 목	8	49,000원			
	10A	10:00	월수금	3	65,000원			
	10B	~ 10:50	화 목	2	49,000원			
	11A	11:00	월수금	7	65,000원			
	11B	~ 11:50	화 목	17	49,000원			
소그룹유아·초등인라인C		15:00	월	8	40,000원	6세 ~초등3 초등생		
소그룹유아·초등인라인D		~ 15:50	수	10				
소그룹유아·초등인라인A			금	5				
소그룹유아·초등인라인B		16:00	금	5				
소그룹 초등 인라인		~ 16:50	수	2				
주말 유아인라인		14:00 ~ 14:50		18	33,000원	6 ~ 7세		
주말 어린이 인라인A		15:00 ~ 15:50	토	13		초등생		
주말 어린이 인라인B		16:00 ~ 16:50		7				
초등생 배드민턴		18:00 ~ 18:50	수	3				35,000원
(소그룹)키즈 배드민턴		17:00	금	4		35,000원		
주말 청소년 농구		~ 17:50	토	13	24,300원	초등3 ~ 중학생		
프로농구 교실A		18:00	화 목	31	30,000원	성인		
프로농구 교실B		~ 18:50	금	32	18,000원			
성인농구 A		20:00	월	9	37,500원	성인		
성인농구 B		~ 21:50	금	22				
주말초등축구		09:00 ~ 09:50	토	8	35,000원	초등생		
주말연식야구		10:00 ~ 11:50		4	66,000원			
주중연식야구		17:00 ~ 17:50	화 목	23	66,000원			
중등생배드민턴A		19:00	수	20	35,000원	초등5 ~ 중학생		
중등생배드민턴B		~ 19:50	금	30				
초등축구A		17:00 ~ 17:50	월 수	12	40,000원	초등생		
초등축구B		16:00 ~ 16:50	화 목	16				
줌바A		09:00 ~ 09:50	토	10	35,000원	성인		2층 다목적실A

2025년 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	155	37,000원 47,000원	중고생 성인	2층 피트니스 센터
	09:00 ~ 17:50 13:00 ~ 14:00 소독 및 정비시간	토				
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		

2025년 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 2	주 3회 190,000원	성인	2층 필라테스 스튜디오
	07B	07:00 ~ 07:50	화 목 3			
	08B	08:00 ~ 08:50	화 목 1			
	09A	09:00 ~ 09:50	월수금 마감			
	09B		화 목 5			
	09C		토 마감			
	10A	10:00 ~ 10:50	월수금 2			
	10B		화 목 2			
	10C		토 마감			
	11A	11:00 ~ 11:50	월수금 마감			
	11B		화 목 1			
	11C		토 마감			
	13B	13:00 ~ 13:50	화 목 3	주 1회 80,000원		
	14B	14:00 ~ 14:50			4	
	17A	17:00	월 수 1	주 1회 80,000원	성인	2층 필라테스 스튜디오
	17B	~ 17:50	화 목 2			
	18A	18:00	월 수 4			
	18B	~ 18:50	화 목 마감			
	19A	19:00	월수금 3			
	19B	~ 19:50	화 목 2			
	20A	20:00	월수금 마감			
	20B	~ 20:50	화 목 3			
	21A	21:00	월수금 3			
21B	~ 21:50	화 목 2				

2025년 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 샤워도구 개인지참)	09B	09:00 ~ 09:50	화 목	8	주 3회 120,000 원 주 2회 90,000원 주 1회 60,000원	성인	2층 서킷 핏 트레이닝룸
	09C		토	7			
	10A	10:00 ~ 10:50	월 수 금	5			
	10B		화 목	5			
	10C		토	마감			
	11A	11:00 ~ 11:50	월 수 금	6			
	11B		화 목	8			
	11C		토	마감			
	18B	18:00 ~ 18:50	화 목	7			
	19A	19:00 ~ 19:50	월 수 금	8			
	19B		화 목	6			
	20A	20:00 ~ 20:50	월 수 금	1			
	20B		화 목	3			
	21A	21:00 ~ 21:50	월 수 금	1			
21B	화 목		1				

2025년 1월 수영 모집

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

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

※ 모집인원 진도를 잘 보시고 등록해주세요. 잘 못 등록시 환불조치를 받을 수 있습니다.

- ★ 초 급: 처음~평영콤비 회원.
- ★ 중 상 급: 점영발차기~점영콤비 회원
- ★ 상 급: 오리발 이상 회원.
- ★ 월 정기 자유수영: 점영이상 회원 강습 없음.

프로그램명		시 간	요 일	모집인원		수강료	대상	장 소		
성인강습 / 월정기 자유수영	06A 상급 월정기자유	06:00	월수금	2		주 3회 (강습/월정기자유) 성인 52,000원/46,600 원 청소년 35,600원/32,300 원	성인 청소년	수영장		
	새벽 06A 강습			초급	7					
			중상급	마감						
	06B 상급 월정기자유	~ 06:50	화 목	12						
	새벽 06B 강습			초급	11					
			중상급	1						
	새벽 07A 강습	07:00	월수금	초급	6					
				중급	2					
			상급	2						
	새벽 07B 강습	~ 07:50	화 목	초급	9					
				중급	4					
			상급	3						
	09A 상급 월정기자유	09:00	월수금	7						
	오전 09A 강습			초급	5					
			중상급	2						
	09B 상급 월정기자유	~ 09:50	화 목	13						
	오전 09B 강습			초급	7					
			중상급	마감						
	오전 10A 강습	10:00	월수금	초급	6					
				중급	마감					
		상급	1							
오전 10B 강습	~ 10:50	화 목	초급	6						
			중급	3						
		상급	1							
오전 11A 강습	11:00	월수금	초급	7						
			중급	4						
		상급	5							
오전 11B 강습	~ 11:50	화 목	초급	10						
			중급	4						
		상급	2							
저녁 20A 강습	20:00	월수금	초급	3						
			중급	3						
		상급	1							
저녁 20B 강습	~ 20:50	화 목	초급	7						
			중급	2						
		상급	4							
21A 상급 월정기자유	21:00	월수금	9							
저녁 21A 강습			초급	6						
		중상급	4							
21B 상급 월정기자유	~ 21:50	화 목	8							
저녁 21B 강습			초급	7						
		중상급	4							

프로그램명		시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소
성인 소그룹	성인 속성16A (1:6)	16:00 ~ 16:50	월 수 금	마감	주 3회 속성반 160,000원	성인 청소년	수 영 장
	성인 속성16B (1:6)			3			
	성인 소그룹17A (1:6)	17:00 ~ 17:50	화 목	마감	주 2회 소그룹반 110,000원		
	성인 소그룹17B (1:6)			2			

프로그램명		시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소		
유아·어린이수영	유아소그룹 15A	15:00	화 목	1		유아 (5 ~ 7세)	수 영 장		
	유아소그룹 15B	~ 15:50		마감					
	어린이수영 16B	16:00 ~ 16:50	화 목	(초급 ~ 중급 가능, 상급 불가 / (처음 ~ 평영 가능자)	주 3회 속성반 160,000원	어린이수영 (초등생)			
	소그룹 16A			마감	주 2회 유아레슨· 소그룹 110,000원	7세 ~ 초등생			
	소그룹 16B			마감					
	소그룹 16C			마감					
	어린이 마스터즈반			월 수 금	월 수 금	상담 후 접수		주 3회 어린이수영 26,000원	초 등 생
	속성 16A					4		주 2회 어린이수영 17,600원	7세 ~ 초등생
	속성 16B	4							
	소그룹 17A	17:00 ~ 17:50	화 목	1	어린이수영 17,600원				
	소그룹 17B			마감					
	소그룹 17C			2					
	어린이수영17A	월 수 금	월 수 금	(초급 ~ 중급 가능, 상급 불가 / (처음 ~한팔접영 가능자)	마스터즈반 60,000원	어린이수영 (초등생)			

***속성/ 소그룹 프로그램은 2명 이하 접수 시 합반 및 폐강 될 수 있음을 알려드립니다.**

프로그램명		시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소
아 쿠 아 며 리	08A	08:00 ~ 08:50	월수금	마감	주 3회 61,900원 주 2회 43,100원	성 인	수 영 장
	08B		화 목	2			
	13A	13:00 ~ 13:50	월수금	마감			
	13B		화 목	3			
	14A	14:00 ~ 14:50	월수금	마감			
	14B		화 목	3			
	18A	18:00 ~ 18:50	월수금	8			
	18B		화 목	29			
	19A	19:00 ~ 19:50	월수금	9			
	19B		화 목	10			