

2024년 5월 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	6	40,000원 (교정벨트별도)		
바디체인지 필라테스A	09:00 ~ 09:50	월수금	11	39,000원		
바디체인지 필라테스B		화 목	17	30,000원		
웰빙스트레칭	10:00	월수금	4	39,000원		
요가필라테스	~ 10:50	화 목	9	30,000원		
체험교정을 위한 밸런싱요가A	18:00 ~ 18:50	화 목	30	30,000원		
매트&소도구 필라테스	19:00 ~ 19:50	월 수	27	38,000원		
바디라인 필라테스			30	30,000원		
체험교정을 위한 밸런싱요가B		화 목	24	30,000원		
파워 필라테스	20:00 ~ 20:50	월수금	16	39,000원 (필라테스링, 밴드 개인지참)		
바른자세요가		화 목	7	30,000원		
힐링요가	21:00 ~ 21:50	월수금	20	39,000원		
키크는 요가	18:00 ~ 18:50	월 수	23	22,000원	초등생	

◎체육 프로그램

프로그램명		시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소
점 핑 피트니스	09A	09:00	월수금	마감	65,000원	성인	
	09B	~ 09:50	화 목	9	49,000원		
	10A	10:00	월수금	8	65,000원		
	10B	~ 10:50	화 목	5	49,000원		
	11A	11:00	월수금	14	65,000원		
	11B	~ 11:50	화 목	15	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	6	40,000원	6세 ~ 초등3	3층 다목적 체육관
소그룹 유아· 초등 인라인D			수	1		초등생	
소그룹 유아· 초등 인라인A			금	3			
소그룹 유아· 초등 인라인B			금	마감			
소그룹 초등 인라인			수	4			
주말 유아인라인		14:00 ~ 14:50	토	19	33,000원	6 ~ 7세	
주말 어린이 인라인A		15:00 ~ 15:50		19		초등생	
주말 어린이 인라인B		16:00 ~ 16:50		8			
초등생 배드민턴		18:00 ~ 18:50	수	21	35,000원		
(소그룹)키즈 배드민턴		17:00	금	5	35,000원		
주말 청소년 농구		~ 17:50	토	10	24,300원	초등3 ~ 중학생	
프로농구 교실A		18:00	화 목	28	30,000원		
프로농구 교실B		~ 18:50	금	28	18,000원		
성인농구 A		20:00	월	23	37,500원	성인	
성인농구 B		~ 21:50	금	28			
주말초등축구		09:00 ~ 09:50	토	12	35,000원	초등생	
주말연식야구		10:00 ~ 11:50		7	66,000원		
줌바A		09:00 ~ 09:50		6		성인	
키즈 스포츠탄스		10:00 ~ 10:50	17	35,000원		초등생	2층 다목적실A
키즈 방송댄스		11:00 ~ 11:50	17				

2024년 5월 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	271	37,000원	중고생 성인	2층 피트니스 센터
	09:00 ~ 17:50 13:00 ~ 14:00 <u>소독 및 정비시간</u>	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 5월 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	1				
	08B	08:00 ~ 08:50	화 목	마감				
	09A	09:00	월수금	1				
	09B	~ 09:50	화 목	3				
	10A	10:00	월수금	마감				
	10B	~ 10:50	화 목	마감				
	11A	11:00	월수금	1				
	11B	~ 11:50	화 목	마감				
	13B	13:00 ~ 13:50		2				주 2회 130,000원
	14B	14:00 ~ 14:50	화 목	마감				
	15B	15:00 ~ 15:50		6				
	16A	16:00	월 수	6				
	16B	~16:50	화 목	6				
	17A	17:00	월 수	1				
	17B	~ 17:50	화 목	마감				
	18A	18:00	월 수	3				
	18B	~ 18:50	화 목	마감				
	19A	19:00	월수금	3				
	19B	~ 19:50	화 목	1				
	20A	20:00	월수금	1				
20B	~ 20:50	화 목	마감					
21A	21:00	월수금	2					
21B	~ 21:50	화 목	1					

2024년 5월 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	1	주 3회 120,000원 주 2회 90,000원	성인	2층 서킷 핏 트레이닝룸
	10A	10:00 ~ 10:50	월 수 금	1			
	10B		화 목	5			
	11A	11:00 ~ 11:50	월 수 금	8			
	11B		화 목	8			
	18B	18:00 ~ 18:50	화 목	6			
	19A	19:00 ~ 19:50	월 수 금	6			
	19B		화 목	3			
	20A	20:00 ~ 20:50	월 수 금	3			
	20B		화 목	3			
	21A	21:00 ~ 21:50	월 수 금	2			
	21B		화 목	2			

2024년 5월 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: 점영빌차기~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	7		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
	새벽 06A 강습			초급	1			
		중상급	마감					
	06B 상급 월정기자유	~ 06:50	화 목	6				
	새벽 06B 강습			초급	마감			
		중상급	3					
	새벽 07A 강습	07:00	월수금	초급	2			
				중급	3			
		상급	1					
	새벽 07B 강습	~ 07:50	화 목	초급	3			
				중급	3			
		상급	1					
	09A 상급 월정기자유	09:00	월수금	8				
	오전 09A 강습			초급	마감			
		중상급	4					
	09B 상급 월정기자유	~ 09:50	화 목	12				
	오전 09B 강습			초급	마감			
		중상급	6					
	오전 10A 강습	10:00	월수금	초급	6			
				중급	2			
	상급	마감						
오전 10B 강습	~ 10:50	화 목	초급	3				
			중급	2				
	상급	3						
오전 11A 강습	11:00	월수금	초급	3				
			중급	4				
	상급	마감						
오전 11B 강습	~ 11:50	화 목	초급	2				
			중급	11				
	상급	8						
저녁 20A 강습	20:00	월수금	초급	1				
			중급	3				
	상급	2						
저녁 20B 강습	~ 20:50	화 목	초급	3				
			중급	5				
	상급	2						
21A 상급 월정기자유	21:00	월수금	5					
저녁 21A 강습			초급	마감				
	중상급	5						
21B 상급 월정기자유	~ 21:50	화 목	9					
저녁 21B 강습			초급	마감				
	중상급	3						

프로그램명	시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소	
성인 소그룹	성인 속성16A (1:6)	16:00 ~ 16:50	월수금	1	주 3회 속성반 160,000원	성인	수영장
	성인 소그룹17A (1:6)	17:00 ~ 17:50	화 목	1	주 2회 소그룹반 110,000원	청소년	
	성인 소그룹17B (1:6)			4			

프로그램명	시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소		
유아·어린이수영	유아소그룹 15A	15:00 ~ 15:50	화 목	1		유아 (5 ~ 7세)		
	유아소그룹 15B			1				
	어린이수영 16B	16:00 ~ 16:50	화 목	4	주 3회 속성반 160,000원	어린이수영 (초등생)		
	소그룹 16A			마감	주 2회 유아레슨· 소그룹 110,000원	7세 ~ 초등생		
	소그룹 16B			1				
	소그룹 16C			1				
	어린이 마스터즈반			월수금	월수금	상담 후 접수		초 등 생
	속성 16A					3	주 3회 어린이수영 23,500원	7세 ~ 초등생
	속성 16B					4		
	속성 16C					4		
	소그룹 17A			17:00 ~ 17:50	화 목	마감	주 2회 어린이수영 15,900원	7세 ~ 초등생
	소그룹 17B					마감		
	소그룹 17C	마감						
	어린이수영17A		월수금	16 (초급~ 중급 가능, 상급 불가 / (처음 ~ 한손접영 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 너 피	08A	08:00 ~ 08:50	월수금	1	주 3회 56,000원	성 인	수 영 장	
	08B		화 목	2				
	13A	13:00 ~ 13:50	월수금	1				주 2회 39,000원
	13B		화 목	2				
	14A	14:00 ~ 14:50	월수금	3	주 2회 39,000원			
	14B		화 목	4				
	19A	19:00 ~ 19:50	월수금	4	주 2회 39,000원			
	19B		화 목	3				