

2023년 4월 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	월 수 금	2층 다목적실A	성인	39,000원	21
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	월 수 금			39,000원	19
바디체인지 필라테스B		화 목			30,000원	22
웰빙스트레칭	10:00 ~ 10:50	월 수 금			39,000원	17
요가필라테스		화 목			30,000원	15
키크는 요가	18:00 ~ 18:50	월 수		초등생	22,000원	23
매트&소도구 필라테스	19:00 ~ 19:50	월 수		성인	38,000원	18
바디라인 필라테스		화 목			30,000원	22
파워 필라테스	20:00 ~ 20:50	월 수 금			39,000원 (필라테스링, 밴드 개인지참)	20
바른자세요가		화 목			30,000원	20
힐링요가	21:00 ~ 21:50	월 수 금			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	9
	09B	~ 09:50	화목			49,000원	16
	10A	10:00	월수금			65,000원	4
	10B	~ 10:50	화 목			49,000원	7
	11A	11:00	월수금			65,000원	13
	11B	~ 11:50	화 목			49,000원	15
	12A	12:00 ~ 12:50	월수금			65,000원	20
소그룹 유아· 초등 인라인C		15:00 ~ 15:50	월		6세 ~ 초등3	40,000원	6
소그룹 유아· 초등 인라인D			수				4
소그룹 유아· 초등 인라인A			금				2
소그룹 유아· 초등 인라인B		금	1				
소그룹 초등 인라인		~ 16:50	수		초등생		2
주말 유아인라인		14:00 ~ 14:50	토		6 ~ 7세	33,000원	22
주말 어린이 인라인A		15:00 ~ 15:50			초등생		20
주말 어린이 인라인B		16:00 ~ 16:50					9
(소그룹)키즈 배드민턴		17:00 ~ 17:50	금		초등3 ~ 중학생	35,000원	마감
주말 청소년 농구			토			24,300원	25
프로농구 교실A		18:00 ~ 18:50	화 목			30,000원	28
프로농구 교실B			금			18,000원	20
주말초등축구		09:00 ~ 09:50	토	초등생	35,000원	3	
주말연식야구		10:00 ~ 11:50			66,000원	10	
줄바A		09:00 ~ 09:50		2층 다목적실A	성인	35,000원	10
어린이 방송댄스		10:00 ~ 10:50			초등생		16
성인 방송댄스		11:00 ~ 11:50			성인		20

2023년 4월 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 <u>(운동복 및 샤워도구 개인지참)</u>	06:00 ~ 21:50	월 ~ 금	2층 피트니스 센터	중고생 성인	37,000원 47,000원	346
	09:00 ~ 17:50 <u>13:00 ~ 14:00</u> <u>소독 및 정비시간</u>	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 4월 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	월수금	2층 필라테스 스튜디오	성인	주 3회 190,000원 주 2회 130,000원	4
	07B	07:00 ~07:50	화목				3
	08B	08:00 ~08:50	화목				2
	09A	09:00 ~09:50	월수금				5
	09B		화목				1
	10A	10:00 ~10:50	월수금				3
	10B		화목				3
	11A	11:00 ~ 11:50	월수금				3
	11B		화목				2
	14B	14:00 ~14:50	화목				1
	17A	17:00 ~17:50	월수				1
	17B		화목				4
	18B	18:00 ~18:50	화목				3
	19B	19:00 ~ 19:50	화목				3
	20A	20:00 ~ 20:50	월수금				3
	20B		화목				1
	21A	20:00 ~ 20:50	월수금				2
	21B		화목				1

2023년 4월 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)	08B	08:00 ~08:50	화목	2층 서킷 핏 트레이닝룸	성인	주 3회 120,000원 주 2회 90,000원	4
	09A	09:00 ~09:50	월수금				6
	09B		화목				3
	10A	10:00 ~10:50	월수금				3
	10B		화목				4
	11B	11:00 ~11:50	화목				6
	14A	14:00 ~14:50	월수금				6
	18A	18:00 ~18:50	월수금				5
	18B		화목				6
	19A	19:00 ~ 19:50	월수금				5
	19B		화목				3
	20A	20:00 ~ 20:50	월수금				6
	20B		화목				4
	21A	21:00 ~ 21:50	월수금				4
	21B		화목				2

2023년 4월 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 ~ 06:50	월수금	수영장	성인 청소년		4	
	새벽06A 초중급강습						마감	
	새벽06B 상급 월정기자유		화 목				5	
	새벽06B 초중급강습						1	
	새벽07A 상급강습	07:00 ~ 07:50	월수금				1	
	새벽07A 초중급강습		5					
	새벽07B 상급강습		화 목				마감	
	새벽07B 초중급강습						4	
	오전09A 상급 월정기자유	09:00 ~ 09:50	월수금		성인	주 3회 (강습/월정기자유) 성인 47,000원/42,100원 청소년 32,200원/29,200원	마감	
	오전09A 초중급강습		3					
	오전09B 상급 월정기자유		화 목				9	
	오전09B 초중급강습						1	
	오전10A 상급강습	10:00 ~ 10:50	월수금				마감	
	오전10A 초중급강습		마감					
	오전10B 상급강습		화 목				2	
	오전10B 초중급강습						2	
	오전11A 상급강습	11:00 ~ 11:50	월수금				2	
	오전11A 초중급강습		3					
	오전11B 상급강습		화 목				7	
	오전11B 초중급강습						3	
	저녁20A 상급강습	20:00 ~ 20:50	월수금		성인 청소년		1	
	저녁20A 초중급강습		2					
	저녁20B 상급강습		화 목				3	
	저녁20B 초중급강습						1	
	저녁21A 상급 월정기자유	21:00 ~ 21:50	월수금				5	
	저녁21A 초중급강습		1					
	저녁21B 상급 월정기자유		화 목				3	
	저녁21B 초중급강습						3	

프로그램명		시 간	요 일	장 소	대 상	수강료	모집인원
아쿠아로빅	08A	08:00 ~ 08:50	월수금	수영장	성인	주 3회 56,000원	마감
	08B		화 목				8
	13A	13:00 ~ 13:50	월수금				1
	13B		화 목				18
	14A	14:00 ~ 14:50	월수금			주 2회 39,000원	4
	14B		화 목				30
	19A	19:00 ~ 19:50	월수금				9
	19B		화 목				14

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		주 2회 유아레슨·소그룹 110,000원	마감
	소그룹 16B							1
	소그룹 16C		월수금		7세 ~ 10세 (처음 배우는 회원만 가능 유아풀 진행)	1		
	소그룹 16D					마감		
	소그룹 17A	17:00 ~ 17:50	화 목		7세 ~ 초등생	어린이수영 23,500원	마감	
	소그룹 17B						마감	
	소그룹 17C						마감	
	어린이 수영 17A		월수금				어린이수영 (초등생)	10