

# 2024년 9월 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	20	39,000원	성인	2층 다목적실A
SNPE바른자세 운동A	12:00 ~ 13:20	월 수	13	55,000원 (교정벨트별도)		
SNPE바른자세 운동B	07:00 ~ 07:50	화 목	6	40,000원 (교정벨트별도)		
바디체인지 필라테스A	09:00	월수금	5	39,000원		
바디체인지 필라테스B	~ 09:50	화 목	8	30,000원		
웰빙스트레칭	10:00	월수금	3	39,000원		
요가필라테스	~ 10:50	화 목	13	30,000원		
체험교정을 위한 밸런싱요가A	18:00 ~ 18:50	화 목	30	30,000원		
매트&소도구 필라테스	19:00	월 수	19	38,000원		
체험교정을 위한 밸런싱요가B	~ 19:50	화 목	25	30,000원		
파워 필라테스	20:00	월수금	10	39,000원 (필라테스링, 밴드 개인지참)		
바른자세요가	~ 20:50	화 목	3	30,000원		
힐링요가	21:00 ~ 21:50	월수금	26	39,000원		
키크는 요가	18:00 ~ 18:50	월 수	20	22,000원	초등생	

◎체육 프로그램

프로그램명		시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소
점핑 피트니스	09A	09:00	월수금	마감	65,000원	성인	3층
	09B	~ 09:50	화 목	2	49,000원		
	10A	10:00	월수금	3	65,000원		
	10B	~ 10:50	화 목	3	49,000원		
	11A	11:00	월수금	12	65,000원		
	11B	~ 11:50	화 목	18	49,000원		
	12A	12:00	월수금	20	65,000원		
	12B	~ 12:50	화 목	18	49,000원		
소그룹 유아·초등 인라인C		15:00 ~ 15:50	월	7	40,000원	6세 ~ 초등3	3층
소그룹 유아·초등 인라인D			수	8			
소그룹 유아·초등 인라인A			금	3			
소그룹 유아·초등 인라인B			금	4			
소그룹 초등 인라인			수	3			
주말 유아인라인		14:00 ~ 14:50	토	23	33,000원	6 ~ 7세	다목적 체육관
주말 어린이 인라인A		15:00 ~ 15:50		22			
주말 어린이 인라인B		16:00 ~ 16:50		16			
초등생 배드민턴		18:00 ~ 18:50	수	16	35,000원	초등3 ~ 중학생	
(소그룹)키즈 배드민턴		17:00	금	6	35,000원		
주말 청소년 농구		~ 17:50	토	9	24,300원		
프로농구 교실A		18:00	화 목	30	30,000원	성인	
프로농구 교실B		~ 18:50	금	25	18,000원		
성인농구 A		20:00	월	19	37,500원	성인	
성인농구 B		~ 21:50	금	28			
주말초등축구		09:00 ~ 09:50	토	6	35,000원	초등생	2층 다목적실A
주말연식야구		10:00 ~ 11:50		1	66,000원		
줌바A		09:00 ~ 09:50		5	35,000원	성인	
성인 방송댄스		10:00 ~ 10:50		18			
키즈 방송댄스		11:00 ~ 11:50		20			

# 2024년 9월 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
<b>헬스</b> (운동복 및 샤워도구 개인지참)	06:00 ~ 21:50	월 ~ 금	216	37,000원 47,000원	중고생 성인	2층 피트니스 센터
	09:00 ~ 17:50 13:00 ~ 14:00 <u>소독 및</u> <u>정비시간</u>	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		

# 2024년 9월 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	5			
	08B	08:00 ~ 08:50	화 목	3			
	09A	09:00	월수금	2			
	09B	~ 09:50	화 목	6			
	10A	10:00	월수금	2			
	10B	~ 10:50	화 목	1			
	11A	11:00	월수금	2			
	11B	~ 11:50	화 목	2			
	13B	13:00 ~ 13:50	화 목	4			
	14B	14:00 ~ 14:50		4			
	15B	15:00 ~ 15:50	화 목	7			
	16A	16:00	월 수	7			
	16B	~ 16:50	화 목	7			
	17A	17:00	월 수	3			
	17B	~ 17:50	화 목	3			
	18A	18:00	월 수	3			
	18B	~ 18:50	화 목	1			
	19A	19:00	월수금	6			
	19B	~ 19:50	화 목	1			
	20A	20:00	월수금	1			
20B	~ 20:50	화 목	1				
21A	21:00	월수금	3				
21B	~ 21:50	화 목	2				

# 2024년 9월 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	7	주 3회 120,000원  주 2회 90,000원	성인	2층 서킷 핏 트레이닝룸
	10A	10:00 ~ 10:50	월 수 금	3			
	10B		화 목	6			
	11A	11:00 ~ 11:50	월 수 금	6			
	18B	18:00 ~ 18:50	화 목	6			
	19A	19:00 ~ 19:50	월 수 금	5			
	19B		화 목	1			
	20A	20:00 ~ 20:50	월 수 금	3			
	20B		화 목	3			
	21A	21:00 ~ 21:50	월 수 금	마감			
	21B		화 목	2			

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

프로그램명		시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소
성인 소그룹	성인 속성 16A (1:6)	16:00 ~ 16:50	월수금	마감	주 3회 속성반 160,000원	성인  청소년	수영장
	성인 속성 16B (1:6)			5			
	성인 소그룹 17A (1:6)	17:00 ~ 17:50	화 목	마감	주 2회 소그룹반 110,000원		
	성인 소그룹 17B (1:6)			2			

프로그램명		시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소	
유아·어린이수영	유아소그룹 15A	15:00 ~ 15:50	화 목	1	주 3회 속성반 160,000원  주 2회 유아레슨· 소그룹 110,000원  주 3회 어린이수영 23,500원  주 2회 어린이수영 15,900원  마스터즈반 60,000원	유아 (5 ~ 7세)	수영장	
	유아소그룹 15B			1				
	어린이수영 16B	16:00 ~ 16:50	화 목	마감		어린이수영 (초등생)		
	소그룹 16A			마감				
	소그룹 16B			1		7세 ~ 초등생		
	소그룹 16C			2				
	어린이 마스터즈반			월수금		상담 후 접수		초 등 생
	속성 16A					1		
	속성 16B	17:00 ~ 17:50	화 목	마감		7세 ~ 초등생		
	소그룹 17A			마감				
	소그룹 17B			마감				
	소그룹 17C			마감				
	어린이수영 17A	월수금	13 (초급 ~ 중급 가능, 상급 불가) (처음 ~ 한손접영 가능자)	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 낸 피	08A	08:00 ~ 08:50	월수금	마감	주 3회 56,000원  주 2회 39,000원	성  인	수  영  장
	08B		화 목	2			
	13A	13:00 ~ 13:50	월수금	3			
	13B		화 목	3			
	14A	14:00 ~ 14:50	월수금	3			
	14B		화 목	마감			
	19A	19:00 ~ 19:50	월수금	2			
	19B		화 목	4			