

2023년 11월 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	모집인원	수강료	대 상	장 소
건강요가A	06:00 ~ 06:50	월수금	21	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	10	40,000원 (교정벨트별도)		
바디체인지 필라테스A	09:00 ~ 09:50	월수금	11	39,000원		
바디체인지 필라테스B		화 목	18	30,000원		
웰빙스트레칭	10:00	월수금	13	39,000원		
요가필라테스	~ 10:50	화 목	14	30,000원		
매트&소도구 필라테스	19:00 ~ 19:50	월 수	24	38,000원		
바디라인 필라테스		화 목	22	30,000원		
파워 필라테스	20:00 ~ 20:50	월수금	21	39,000원 (필라테스링, 밴드 개인지참)		
바른자세요가		화 목	7	30,000원		
힐링요가	21:00 ~ 21:50	월수금	14	39,000원		
키크는 요가	18:00 ~ 18:50	월 수	24	22,000원		

◎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	12	49,000원		
	10A	10:00	월수금	3	65,000원		
	10B	~ 10:50	화 목	2	49,000원		
	11A	11:00	월수금	4	65,000원		
	11B	~ 11:50	화 목	9	49,000원		
	12A	12:00	월수금	20	65,000원		
	12B	~ 12:50	화 목	20	49,000원		
소그룹 유아· 초등 인라인D		15:00 ~ 15:50	수	마감	40,000원	6세 ~ 초등3	3층 다목적 체육관
소그룹 유아· 초등 인라인A			금	3		초등3	
소그룹 유아· 초등 인라인B		16:00 ~ 16:50	금	4	33,000원	초등생	
소그룹 초등 인라인			수	1		초등생	
주말 유아인라인		14:00 ~ 14:50	토	20	33,000원	6 ~ 7세	
주말 어린이 인라인A		15:00 ~ 15:50		19		초등생	
주말 어린이 인라인B		16:00 ~ 16:50		15		초등생	
(소그룹)키즈 배드민턴		17:00	금	3	35,000원	초등3 ~ 중학생	
주말 청소년 농구		~ 17:50	토	12	24,300원		
프로농구 교실A		18:00	화 목	30	30,000원		
프로농구 교실B		~ 18:50	금	25	18,000원		
주말초등축구		09:00 ~ 09:50	토	18	35,000원	초등생	
주말연식야구		10:00 ~ 11:50		9	66,000원		
줌바A		09:00 ~ 09:50		5	35,000원	성인	2층 다목적실A

2023년 11월 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	모집인원	수강료	대 상	장 소
헬스 (운동복 및 샤워도구 개인지참)	06:00 ~ 21:50	월 ~ 금	333	37,000원 47,000원	중고생 성인	2층 피트니스 센터
	09:00 ~ 17:50 <u>13:00 ~ 14:00</u> 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		

2023년 11월 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	모집인원	수강료	대 상	장 소
기구 필라테스 1:6 (운동복 및 샤워도구 개인지참)	06A	06:00	월수금	6	주 3회 190,000원 주 2회 130,000원	성인 2층 필라테스 스튜디오
	06B	~ 06:50	화 목	3		
	07A	07:00	월수금	4		
	07B	~ 07:50	화 목	5		
	08B	08:00 ~ 08:50	화 목	2		
	09A	09:00	월수금	4		
	09B	~ 09:50	화 목	마감		
	10A	10:00	월수금	2		
	10B	~ 10:50	화 목	2		
	11A	11:00	월수금	2		
	11B	~ 11:50	화 목	1		
	13B	13:00 ~ 13:50	화 목	2		
	14B	14:00 ~ 14:50	화 목	2		
	15B	15:00 ~ 15:50	화 목	6		
	16A	16:00	월 수	6		
	16B	~ 16:50	화 목	6		
	17A	17:00	월 수	3		
	17B	~ 17:50	화 목	3		
	18A	18:00	월 수	6		
	18B	~ 18:50	화 목	1		
	19A	19:00	월수금	6		
19B	~ 19:50	화 목	4			
20A	20:00	월수금	1			
20B	~ 20:50	화 목	1			
21A	21:00	월수금	6			
21B	~ 21:50	화 목	2			

2023년 11월 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	모집인원	수강료	대 상	장 소
서킷 핏 (운동복 및 샤워도구 개인지참)	09B	09:00 ~ 09:50	화 목	8	주 3회 120,000원 주 2회 90,000원	성인	2층 서킷 핏 트레이닝룸
	10A	10:00 ~ 10:50	월수금	1			
	10B		화 목	5			
	18B	18:00 ~ 18:50	화 목	6			
	19A	19:00 ~ 19:50	월수금	2			
	19B		화 목	1			
	20A	20:00 ~ 20:50	월수금	1			
	20B		화 목	5			
	21A	21:00 ~ 21:50	월수금	5			
	21B		화 목	마감			

2023년 11월 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: 점영이하 회원 강습 있음.

★ 상 급: 점영이상 회원 강습 있음.

★ 월 정기 자유수영: 점영이상 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	
			화 목	1				
	새벽06B 상급 월정기자유	06:00 ~ 06:50	화 목	화 목				4
				초중급강습				2
	새벽07A 상급강습	07:00 ~ 07:50	월수금	월수금				마감
				초중급강습				2
	새벽07B 상급강습	07:00 ~ 07:50	화 목	화 목				마감
				초중급강습				마감
	오전09A 상급 월정기자유	09:00 ~ 09:50	월수금	월수금				2
				초중급강습				마감
	오전09B 상급 월정기자유	09:00 ~ 09:50	화 목	화 목		6		
				초중급강습		마감		
	오전10A 상급강습	10:00 ~ 10:50	월수금	월수금		마감		
				초중급강습		2		
	오전10B 상급강습	10:00 ~ 10:50	화 목	화 목		1		
				초중급강습		2		
	오전11A 상급강습	11:00 ~ 11:50	월수금	월수금		1		
				초중급강습		1		
	오전11B 상급강습	11:00 ~ 11:50	화 목	화 목		5		
				초중급강습		1		
저녁20A 상급강습	20:00 ~ 20:50	월수금	월수금	1				
			초중급강습	1				
저녁20B 상급강습	20:00 ~ 20:50	화 목	화 목	마감				
			초중급강습	마감				
저녁21A 상급 월정기자유	21:00 ~ 21:50	월수금	월수금	4				
			초중급강습	2				
저녁21B 상급 월정기자유	21:00 ~ 21:50	화 목	화 목	7				
			초중급강습	4				

프로그램명		시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소
아쿠아로빅	08A	08:00 ~ 08:50	월수금	1	주 3회 56,000원 주 2회 39,000원	성인	수영장
	08B		화 목	1			
	13A	13:00 ~ 13:50	월수금	5			
	13B		화 목	8			
	14A	14:00 ~ 14:50	월수금	3			
	14B		화 목	6			
	19A	19:00 ~ 19:50	월수금	4			
	19B		화 목	10			

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				2
	소그룹 16D			화 목				1
	소그룹 17A	17:00 ~ 17:50	화 목	마감		7세 ~ 초등생		
	소그룹 17B			2				
	소그룹 17C			마감				
	어린이 수영 17A			월수금				3 (초급~ 중급 가능, 상급 불가 / (처음 ~ 평영 가능자)