

※ 8/13(목),14(금) 수영장 전등 교체 작업으로 인하여 휴강합니다.

※ 신규접수 기간 안내 (구민 우선 접수 실시)

- 1. 노원구 관내 거주자: 26.7.22.(수) 09:00~ 온라인 접수, 현장접수 동시 실시
- 2. 노원구 관내 직장인 및 학생: 26.7.23.(목) 06:00~ 현장 접수만 가능 (서류 확인 절차 필요)
- 3. 전체 회원 접수(관외 포함): 26.7.24.(금) 09:00~ 온라인 접수, 현장접수 동시 실시

8월 수영 신규접수 가능인원

새벽수영						
프로그램명	시간	요일	장소	대상	수강료	모집인원
06A	06:00~06:50	월수	수영장	청소년/ 성인 (각 반 6명) 초급 진도 (기초 음파~ 배영까지)	주 2회	2
06B		화목			110,000원	1
07A	07:00~07:50	월수			주 1회	마감
07B		화목			60,000원	1

오전수영						
프로그램명	시간	요일	장소	대상	수강료	모집인원
09A	09:00~09:50	월수	수영장	청소년/ 성인 (각 반 6명)	주 2회 110,000원	마감
09B		화목				2
09C		금				4
09D		월수				3
09E		화목				2
09F		금				3
10A	10:00~10:50	월수			주 1회 60,000원	4
10B		화목				4
10C		금				3
10D		월수				2
10E		화목				마감
10F		금				2
11A	11:00~11:50	월수				2
11B		화목				2
11C		금				3
11D		월수				1
11E		화목				1

저녁수영						
프로그램명	시간	요일	장소	대상	수강료	모집인원
20A	20:00~20:50	월수	수영장	청소년/ 성인 (각 반 6명)	주 2회 110,000원	1
20B		화목				1
20C		금				5
21A	21:00~21:50	월수			주 1회 60,000원	3
21B		화목				4
21C		금				2

* 청소년/성인 대상 수업은 최대 3개월까지만 재등록 가능 (3개월 이후 신규접수기간 접수가능)

※ 8/13(목),14(금) 수영장 전등 교체 작업으로 인하여 휴강합니다.

어 린 이 수 영

프로그램명	시간	요일	장소	대상	수강료	모집인원	
15A	15:00~15:50	월수	수영장	초1~초6 (각 반 6명)	주 2회 110,000원 주 1회 60,000원	마감	
15D						마감	
15B		화목				마감	
15E						마감	
15C						금	마감
16A	16:00~16:50	월수				1	
16D						마감	
16B		화목				마감	
16E						마감	
16C						금	1
16F							마감
17A	17:00~17:50	월수				1	
17D			마감				
17B		화목	마감				
17E			마감				
17C			금	마감			
17F		1					

※ 8/13(목),14(금) 수영장 전등 교체 작업으로 인하여 휴강합니다.

8월 헬스 신규접수 가능인원

헬스 & PT						
프로그램명	시간	요일	장소	대상	수강료	모집인원
헬스	06:00~21:50	월~금	4층 헬스장	청소년/성인	청소년 37,000원	62
	09:00~17:50				성인 47,000원	
헬스 PT (1개월 내 소진) 자유이용 포함	오전 07:00~12:00				월 10회 400,000원	상담 후 접수
	오후 15:00~21:00				월 8회 340,000원	

8월 체육프로그램 신규접수 가능인원

프로그램명	시간	요일	장소	대상	수강료	모집인원
검도	06:00~06:50	화목	5층 다목적 체육관	청소년/성인	49,500원	26
싱글빙글 슬로우조깅	08:00~08:50	화목		성인	44,000원	26
파크골프	12:00~13:50	목		성인	44,000원	24
피구	17:00~17:50	금		초3-초6	33,000원	7
초등뉴스포츠A(저학년)	18:00~18:50	화		초1-초2		18
초등뉴스포츠B(고학년)		목		초3-초6		15

탁구	오전탁구	A	09:00~10:50	월수금	5층 다목적 체육관	청소년/성인	69,000원	19
		B		화목			55,000원	21
	성인탁구	A	20:00~20:50	월수			33,000원	11
		B	20:00~21:50	금				11

라인 댄스	라인댄스A(중급)	14:00~14:50	화목	5층 다목적 체육관	청소년/성인	44,000원	23
	라인댄스B(초급)		월수				29

관절 강화 운동	관절강화운동	A	15:00~15:50	월수	5층 다 목 적 체 육 관	성 인	44,000원	14
	관절강화운동	B	14:00~14:50	금			28,500원	18
	관절강화운동	C	15:00~15:50					21

배드민턴	새벽배드민턴강습		06:00~08:50	월수금	5층 다목적 체육관	청 소 년 / 성 인	142,000원	17
	배드민턴강습A		11:00~13:50	월수금		청 소 년 / 성 인	142,000원	2
	소그룹키즈 배드민턴	A	18:00~18:50	금		초 1 - 중 3	39,000원	마감
		B	19:00~19:50					마감
		C	17:00~17:50	월 수				5
		D						5

농구	프로농구	A	19:00~19:50	월수	5층 다 목 적 체 육 관	초3-중3	40,000원	18
		B		화목				16
	성인농구	A	21:00~22:20	월		성인	37,500원	17
		B		수				17
		C	20:00~21:50	목			44,000원	20
	주말농구	A	15:00~16:20	토		초3-중3	49,000원	12
		B	16:30~17:50					20

인라인	유아·초등 인라인	15:00~15:50	화목	5층 다목적 체육관	6세-초2	42,000원	2
	초등 인라인	16:00~16:50			초3-초6		9
	주말 인라인	A	12:00~13:20		초1-초6	49,000원	4
		B	13:30~14:50				3

풋살	유아체육&풋살	16:00~16:50	금	5층 다목적 체육관	5-7세	33,000원	마감
	초등풋살 A	18:00~18:50	월수		초1-초6	40,000원	4
	초등풋살 C (저학년)	17:00~17:50	화목		초1-초2		11
	주말초등풋살	A	10:00~10:50		초3-초6	45,000원	5
		B	11:00~11:50		초1-초2		5

* 최소 개강인원 미 접수 시 폐강 될 수 있습니다.

8월 기구필라테스 신규접수 가능인원

프로그램명	시간	요일	장소	대상	수강료	모집인원
06A	06:00~06:50	월수금	3층 기구필라테스실	청소년/ 성인 (각 반 7명)	주3회 190,000원	3
06B		화목				3
07A	07:00~07:50	월수금				6
07B		화목				3
08A	08:00~08:50	월수금				7
08B		화목				2
09A	09:00~09:50	월수금				5
09B		화목				마감
토요 09A		토				3
10A	10:00~10:50	월수금				4
10B		화목				2
토요 10A		토				3
11A	11:00~11:50	월수금				4
11B		화목				3
토요 11A		토				3
13A	13:00~13:50	월수			주2회 130,000원	4
13B		화목				4
14A	14:00~14:50	월수				7
14B		화목				4
15A	15:00~15:50	월수			주1회 80,000원	7
15B		화목				4
16A	16:00~16:50	월수금				4
16B		화목				마감
17A	17:00~17:50	월수금				3
17B		화목				3
18A	18:00~18:50	월수금				4
18B		화목				마감
19A	19:00~19:50	월수금				마감
19B		화목				2
20A	20:00~20:50	월수금				마감
20B		화목				1
21A	21:00~21:50	월수금				마감
21B		화목				1

* 최소 개강인원 미 접수 시 폐강 될 수 있습니다.

8월 GX 프로그램 신규접수 가능인원

프로그램명	시간	요일	장소	대상	수강료	모집인원
로우 플라잉 요가 & 해먹 스트레칭	07:00~07:50	월수	3층 플라잉 요가실	청소년-성인(10명)	100,000원	8
다이어트 보수핏	08:00~08:50	월수/ 월수금		성인(15명)	주2회 70,000원 주3회 100,000원	15
발레핏	19:00~19:50	화목		청소년-성인(12명)	100,000원	9
아이돌 댄스 Level up	18:00~18:50	화목		초-중등생(15명)	70,000원	8

매트 필라 테스	매트필라테스 09B	09:00~09:50	화목	3층 플라잉 요가실	청소년-성인(15명)	70,000원	2
	매트필라테스 20B	20:00~20:50	화목		청소년-성인(15명)	70,000원	1

스트 레 칭	하루시작 스트레칭	06:00~06:50	화목	3층 플라잉 요가실	청소년-성인(15명)	70,000원	15
	체형교정스트레칭	11:00~11:50	화목		청소년-성인(15명)	70,000원	7
	코어 밸런스 스트레칭 A	11:00~11:50	금		청소년-성인(15명)	50,000원	15
	코어 밸런스 스트레칭 B	20:00~20:50	금		청소년-성인(15명)	50,000원	15

요가	모닝요가 A	06:00~06:50	월수	3층 플라잉 요가실	청소년-성인(15명)	70,000원	9
	모닝요가 B	07:00~07:50	화목		청소년-성인(15명)	70,000원	12
	소그룹 요가 09A	09:00~09:50	월수		청소년-성인(15명)	70,000원	1
	소그룹 요가 21A	21:00~21:50	월수		청소년-성인(15명)	70,000원	4

플라잉 요가	플라잉요가(상급)	09:00~09:50	금	3층 플라잉 요가실	청 소 년-성 인 (9명)		80,000원	상담 후 접수
	플라잉요가(상급)	10:00~10:50	월수		청 소 년-성 인 (9명)		120,000원	상담 후 접수
	플라잉요가	10:00~10:50	금		청 소 년-성 인 (9명)		80,000원	8
	플라잉요가	11:00~11:50	월수		청 소 년-성 인 (9명)		100,000원	7
	플라잉요가(중급)	12:00~12:50	월수		청 소 년-성 인 (9명)		120,000원	12
	플라잉요가	19:00~19:50	월수		청 소 년-성 인 (9명)		120,000원	6
	플라잉요가	19:00~19:50	금		초 3-초 6	(15명)	70,000원	3
					청 소 년-성 인		80,000원	
	플라잉요가(상급)	20:00~20:50	월수		청 소 년-성 인 (12명)		120,000원	상담 후 접수
	플라잉요가(중급)	21:00~21:50	화목		청 소 년-성 인 (12명)		120,000원	6

바레 필라 테스	바레필라테스B	08:00~08:50	화목	3층 플라잉 요가실	청소년-성인(15명)	70,000원	8
	바레필라테스C	10:00~10:50	화목		청소년-성인(15명)	70,000원	4
	바레필라테스D	12:00~12:50	화목		청소년-성인(15명)	70,000원	10
	바레필라테스E	13:00~13:50	화목		청소년-성인(15명)	70,000원	15

유아 발레	키즈발레	15:00~15:50	금	3층 플라잉 요가실	6세~초3(15명)	50,000원	15
	유아발레 16B	16:00~16:50	화목		5-7세(15명)	70,000원	15
	유아발레 17B	17:00~17:50	화목		5-7세(15명)	70,000원	14

키즈 플라잉	키즈플라잉16A	16:00~16:50	월수	3층 플라잉 요가실	초등생(9명)	110,000원	9
	키즈플라잉16C	16:00~16:50	금		초등생(9명)	70,000원	3
	키즈플라잉17A	17:00~17:50	월수		초등생(9명)	110,000원	6
	키즈플라잉17C	17:00~17:50	금		초등생(9명)	70,000원	6
	키즈플라잉18A	18:00~18:50	월수		초등생(9명)	110,000원	5
	키즈플라잉18C	18:00~18:50	금		초등생(9명)	70,000원	4

주말 프로 그램	주말플라잉요가	09:00~09:50	토	3층 플라잉 요가실	초3-성인(9명)	90,000원	5
	주말키즈플라잉	10:00~10:50	토		초등생(9명)	90,000원	9
	주말키즈플라잉	11:00~11:50	토		초등생(9명)	90,000원	3
	주말아이돌댄스 Level up A	16:00~16:50	토		7세-성인(15명)	50,000원	9
	주말아이돌댄스 Level up B	17:00~17:50	토		청소년이상(15명)	50,000원	14

* 플라잉요가(상급)은 상담 후 접수가 가능합니다.

* 최소 개강인원 미 접수 시 폐강 될 수 있습니다.

8월 트레이닝 센터 신규접수 가능인원

와우 트라이(WOW TRI) 수영						
프로그램명	시간	요일	장소	대상	수강료	모집인원
TRI 수영 06A	06:00~06:50	월수	수영장	청소년-성인 (각 반 8명) (+사이클 강습)	주2회	6
TRI 수영 06B		화목			110,000원	3
TRI 수영 06C		금			(150,000원)	3
TRI 수영 07A	07:00~07:50	월수			주1회	1
TRI 수영 07B		화목			68,000원	3
TRI 수영 07C		금			(100,000원)	마감
TRI 수영 18A (초급)	18:00~18:50	월수		청소년-성인 (각 반 8명) (+사이클 강습)	주2회	4
TRI 수영 18B (초급)		화목				1
TRI 수영 18C (초급)		금				2
TRI 수영 18A (중급)		월수				6
TRI 수영 18B (중급)		화목				7
TRI 수영 18C (중급)		금				3
TRI 수영 19A (중급)	19:00~19:50	월수			120,000원	5
TRI 수영 19B (중급)		화목			(160,000원)	2
TRI 수영 19C (중급)		금			주1회	2
TRI 수영 19A (상급)		월수				2
TRI 수영 19B (상급)		화목				4
TRI 수영 19C (상급)		금				6
TRI 수영 20A (중급)	20:00~20:50	월수			(100,000원)	6
TRI 수영 20B (중급)		화목				1
TRI 수영 20C (중급)		금				6
TRI 수영 21A (중급)	21:00~21:50	월수				마감
TRI 수영 21B (중급)		화목				4
TRI 수영 21C (중급)		금				마감

※ 8/13(목),14(금) 수영장 전등 교체 작업으로 인하여 휴강합니다.

와우 트라이(WOW TRI) 사이클						
프로그램명	시간	요일	장소	대상	수강료	모집인원
Morning Move (사이클+런)	10:00~10:50	월수	3층 트레이닝 센터	청소년이상 (각 반 7명)	80,000원	7
		화목				7
	11:00~11:50	월수				7
		화목				7
사이클 강습	19:00~19:50	월수		청소년이상 (각 반 8명) 20시 화목 12명		8
		화목				6
	20:00~20:50	월수				8
		화목				10
	21:00~21:50	월수	7			
		화목	8			

와우 트라이(WOW TRI) 사이클 단체강습						
프로그램명	시간	요일	장소	대상	수강료	모집인원
사이클 강습 + 자유이용 (자유이용시간 10:00~21:50)	19:00~21:50	월-목	3층 트레이닝 센터	청소년이상 8명	160,000원	8
사이클 강습 일회권	19:00~21:50	월-목			33,000원	8
사이클 일일 자유이용 (2시간 이용가능)	09:00~11:50	토			20,000원	10

* **사이클 강습+자유이용 등록 시** 월-금 운영시간 내 자유이용 가능

와우 트라이(WOW TRI) 개인 강습 및 선수반						
프로그램명	시간	요일	장소	대상	수강료	모집인원
사이클 개인 강습 (월5회) 3:1 강습	초급	19:00~20:20	3층 트레이닝 센터	청소년 이상 (각반 3명)	500,000원	3
	중급	20:30~21:50				3
	초급	09:00~10:20				3
	중급	10:30~11:50				3
사이클 선수반 (사이클 대회 출전)	17:00~18:50 (조율 가능)	월~금		청소년 이상 (각반 8명)	700,000원	8

와우(WOW TRI) 토요 사이클 강습						
프로그램명	시간	요일	장소	대상	수강료	모집인원
토요 성인 철인반	A	09:00~09:50 사이클&런 (강습)	토 3층 트레이닝센터	성인 (정원 10명)	80,000원	10
		10:00~10:50 수영 (강습)				
	B	10:00~10:50 사이클&런 (강습)				10
		11:00~11:50 수영 (강습)				
토요 사이클 강습 09시	09:00~10:50			청소년 이상 (정원 8명)	80,000원	8
토요 사이클 강습 10시	10:00~11:50					8