

2025년 4월 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/국학기공

프로그램명	시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소
건강요가A	06:00 ~ 06:50	월수금	14	39,000원	성인	2층 다목적실A
SNPE바른자세 운동A	12:00 ~ 13:20	월 수	11	55,000원 (교정벨트별도)		
SNPE바른자세 운동B	07:00 ~ 07:50	화 목	6	40,000원 (교정벨트별도)		
바디체인지 필라테스A	09:00 ~ 09:50	월수금	3	39,000원		
바디체인지 필라테스B		화 목	5	30,000원		
웰빙스트레칭	10:00	월수금	2	39,000원		
요가필라테스	~ 10:50	화 목	6	30,000원		
국학기공A	14:00 ~15:50	월 수	21	60,000원		
국학기공B	14:00 ~15:50	화 목	23	60,000원		
매트&소도구 필라테스	19:00 ~ 19:50	월 수	19	38,000원		
체험교정을 위한 밸런싱요가B		화 목	18	30,000원		
파워 필라테스	20:00 ~ 20:50	월수금	5	39,000원 (필라테스링, 밴드 개인지참)		
바른자세 요가A		화 목	12	30,000원		
바른자세 요가B	21:00		24	30,000원		
힐링요가	~ 21:50	월수금	21	39,000원		

◎체육 프로그램

프로그램명		시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소
점핑 피트니스	09A	09:00	월수금	7	65,000원	성인	3층 다목적 체육관
	09B	~ 09:50	화 목	10	49,000원		
	10A	10:00	월수금	4	65,000원		
	10B	~ 10:50	화 목	3	49,000원		
	11A	11:00	월수금	16	65,000원		
	11B	~ 11:50	화 목	22	49,000원		
	19A	19:00	월수금	18	65,000원		
	19B	~ 19:50	화 목	11	49,000원		
소그룹유아·초등인라인D		15:00	수	3	40,000원	6세 ~초등3 초등생	
소그룹유아·초등인라인A		~ 15:50	금	3			
소그룹유아·초등인라인B		16:00	금	3			
소그룹 초등 인라인		~ 16:50	수	1			
주말 유아인라인		14:00 ~ 14:50	토	11	33,000원	6 ~ 7세	
주말 어린이 인라인A		15:00 ~ 15:50		4			
주말 어린이 인라인B		16:00 ~ 16:50		5			
초등생 배드민턴		18:00 ~ 18:50	수	5	35,000원	초등생	
(소그룹)키즈 배드민턴			금	5	35,000원		
주말 청소년 농구		17:00 ~ 17:50	토	14	24,300원	초등3 ~ 중학생	
성인농구 A		20:00	월	4	37,500원	성인	
성인농구 B		~ 21:50	금	12			
주말초등축구		09:00 ~ 09:50	토	15	35,000원	초등생	
주말연식야구		10:00 ~ 11:50		3	66,000원		
주중연식야구		17:00 ~ 17:50	화 목	20	66,000원		
초등축구B		16:00 ~ 16:50	화 목	10	40,000원	초등생	
줌바A		09:00 ~ 09:50	토	14	35,000원	성인	2층 다목적실A
탁구A		06:30 ~ 08:20	월 수	25	55,000원	성인	3층 다목적 체육관
탁구B		06:30 ~ 08:20	화목	22	55,000원	성인	

2025년 4월 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	132	37,000원 47,000원	중고생 성인	2층 피트니스 센터	
	09:00 ~ 17:50 13:00 ~ 14:00 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			
속성 다이어트 소그룹1:4	09A	09:00	월 수	1	150,000원 (이용요금에 헬스프로그램포함)	성인	2층 속성 다이어트 실
	09B	~ 09:50	화 목	마감			
	11A	11:00	월 수	4			
	11B	~ 11:50	화 목	마감			
	15A	15:00	월 수	1			
	15B	~ 15:50	화 목	마감			
	16A	16:00	월 수	4			
	16B	~ 16:50	화 목	1			

2025년 4월 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)	06A	06:00	월 수	7	주 3회 190,000원	성인	2층 필라테스 스튜디오
	06B	~ 06:50	화 목	1			
	07A	07:00	월 수	3			
	07B	~ 07:50	화 목	1			
	08B	08:00 ~ 08:50	화 목	2			
	09A	09:00 ~ 09:50	월수금	3			
	09B		화 목	1			
	09C		토	3			
	10A	10:00 ~ 10:50	월수금	2			
	10B		화 목	2			
	10C		토	3			
	11A	11:00 ~ 11:50	월수금	1			
	11B		화 목	2			
	11C		토	7			
	13B	13:00 ~ 13:50	화 목	4	주 1회 80,000원		
	14B	14:00 ~ 14:50		3			
	17A	17:00	월 수	3			
	17B	~ 17:50	화 목	2			
	18A	18:00	월 수	5			
	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	1				
21A	21:00	월수금	5				
21B	~ 21:50	화 목	4				

2025년 4월 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	8	주 3회 120,000 원 주 2회 90,000원 주 1회 60,000원	성인	2층 서킷 핏 트레이닝룸
	09C		토	4			
	10A	10:00 ~ 10:50	월 수 금	8			
	10B		화 목	8			
	10C		토	5			
	11A	11:00 ~ 11:50	월 수 금	7			
	11B		화 목	8			
	11C		토	6			
	18B	18:00 ~ 18:50	화 목	6			
	19A	19:00 ~ 19:50	월 수 금	8			
	19B		화 목	8			
	20A	20:00 ~ 20:50	월 수 금	4			
	20B		화 목	2			
	21A	21:00 ~ 21:50	월 수 금	5			
21B	화 목		4				

2025년 4월 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	4		주 3회 (강습/월정기자유) 성인 52,000원/46,600원 청소년 35,600원/32,300원 성인 35,000원/31,100원 청소년 24,100원/21,400원	성인 청소년	수영장
	새벽 06A 강습			초급	3			
			중상급	0				
	06B 상급 월정기자유		~ 06:50	화 목	6			
	새벽 06B 강습	초급			2			
			중상급	0				
	새벽 07A 강습	07:00	월수금	초급	1			
				중급	3			
			상급	마감				
	새벽 07B 강습	~ 07:50	화 목	초급	1			
				중급	6			
			상급	2				
	09A 상급 월정기자유	09:00	월수금	1		성인 35,600원/32,300원 성인 35,000원/31,100원 청소년	성인	
	오전 09A 강습			초급	1			
			중상급	1				
	09B 상급 월정기자유		~ 09:50	화 목	3			
	오전 09B 강습	초급			5			
			중상급	마감				
	오전 10A 강습	10:00	월수금	초급	3			
				중급	2			
		상급	마감					
오전 10B 강습	~ 10:50	화 목	초급	5				
			중급	1				
		상급	마감					
오전 11A 강습	11:00	월수금	초급	3				
			중급	1				
		상급	2					
오전 11B 강습	~ 11:50	화 목	초급	2				
			중급	3				
		상급	2					
저녁 20A강습	20:00	월수금	초급	5				
			중급	3				
		상급	1					
저녁 20B 강습	~ 20:50	화 목	초급	1				
			중급	1				
		상급	3					
21A 상급 월정기자유	21:00	월수금	2		성인 청소년			
저녁 21A 강습			초급	3				
		중상급	3					
21B 상급 월정기자유		~ 21:50	화 목	6				
저녁 21B 강습	초급			2				
		중상급	3					

프로그램명		시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소
성인 소그룹	성인 속성16A (1:6)	16:00 ~ 16:50	월 수 금	마감	주 3회 속성반 160,000원	성인 청소년	수 영 장
	성인 속성16B (1:6)			1			
	성인 소그룹17A (1:6)	17:00 ~ 17:50	화 목	마감	주 2회 소그룹반 110,000원		
	성인 소그룹17B (1:6)			1			

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	유아 (5 ~ 7세)	수 영 장			
	유아소그룹 15B			1						
	어린이수영 16B	16:00 ~ 16:50	화 목	5 (초급 ~ 중급 가능, 상급 불가 / (처음 ~ 평영 가능자)		주 2회 유아레슨· 소그룹 110,000원		어린이수영 (초등생)		
	어린이소그룹 16A			마감						
	어린이소그룹 16B			마감						
	어린이소그룹 16C			2						
	어린이 마스터즈반			월 수 금		월 수 금		상담 후 접수	주 3회 어린이수영 26,000원	초 등 생
	어린이속성 16A							1		
	어린이속성 16B							3		
	어린이소그룹 17A			17:00 ~ 17:50		화 목		1	주 2회 어린이수영 17,600원	7세 ~ 초등생
	어린이소그룹 17B							마감		
	어린이소그룹 17C							마감		
	어린이수영 17A	월 수 금	월 수 금	7 (초급 ~ 중급 가능, 상급 불가 / (처음 ~한팔접영 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 프	08A	08:00 ~ 08:50	월수금	마감	주 3회 61,900원 주 2회 43,100원	성 인	수 영 장
	08B		화 목	마감			
	13A	13:00 ~ 13:50	월수금	1			
	13B		화 목	2			
	14A	14:00 ~ 14:50	월수금	2			
	14B		화 목	1			
	18A	18:00 ~ 18:50	월수금	6			
	18B		화 목	14			
	19A	19:00 ~ 19:50	월수금	5			
	19B		화 목	8			