

2023년 7월 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	18	39,000원	성인	2층 다목적실A	
SNPE바른자세 운동A	12:00 ~ 13:20	월 수	6	55,000원 (교정벨트별도)			
SNPE바른자세 운동B	07:00 ~ 07:50	화 목	12	40,000원 (교정벨트별도)			
바디체인지 필라테스A	09:00 ~ 09:50	월수금	17	39,000원			
바디체인지 필라테스B		화 목	22	30,000원			
웰빙스트레칭	10:00 ~ 10:50	월수금	13	39,000원			
요가필라테스		화 목	17	30,000원			
매트&소도구 필라테스	19:00 ~ 19:50	월 수	22	38,000원			
바디라인 필라테스		화 목	22	30,000원			
파워 필라테스	20:00 ~ 20:50	월수금	16	39,000원 (필라테스링, 밴드 개인지참)			
바른자세요가		화 목	12	30,000원			
힐링요가	21:00 ~ 21:50	월수금	13	39,000원			
키크는 요가	18:00 ~ 18:50	월 수	26	22,000원			초등생

◎체육 프로그램

프로그램명		시 간	요 일	모집인원	수강료	대 상	장 소
점 핑 피트니스	09A	09:00	월수금	5	65,000원	성인	3층 다목적 체육관
	09B	~ 09:50	화목	14	49,000원		
	10A	10:00	월수금	1	65,000원		
	10B	~ 10:50	화 목	마감	49,000원		
	11A	11:00	월수금	5	65,000원		
	11B	~ 11:50	화 목	12	49,000원		
	12A	12:00 ~ 12:50	월수금	20	65,000원		
소그룹 유아· 초등 인라인C		15:00 ~ 15:50	월	6	40,000원	6세 ~ 초등3	
소그룹 유아· 초등 인라인D			수	7			
소그룹 유아· 초등 인라인A			금	2			
소그룹 유아· 초등 인라인B			금	1			
소그룹 초등 인라인			수	4			
주말 유아인라인		14:00 ~ 14:50	토	28	33,000원	6 ~ 7세	
주말 어린이 인라인A		15:00 ~ 15:50		17			
주말 어린이 인라인B		16:00 ~ 16:50		14			
(소그룹)키즈 배드민턴		17:00	금	1	35,000원	초등3 ~ 중학생	
주말 청소년 농구		~ 17:50	토	23	24,300원		
프로농구 교실A		18:00	화 목	24	30,000원		
프로농구 교실B		~ 18:50	금	25	18,000원		
주말초등축구		09:00 ~ 09:50	토	6	35,000원		초등생
주말연식야구		10:00 ~ 11:50		16	66,000원		
줌바A		09:00 ~ 09:50		8	35,000원	성인	
부모와 함께하는 필라테스		10:00 ~ 10:50	토	10	70,000원	부모1명 6세 ~ 초등1	2층 다목적실A
주니어 발레 필라테스		11:00 ~ 11:50		20	35,000원	초2 ~ 초6	

2023년 7월 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	341	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 7월 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	
기 구 필라테스 1:6 (운동복 및 샤워도구 개인지참)	06B	06:00 ~06:50	화목	3	주 3회 190,000원 주 2회 130,000원	성인	2층 필라테스 스튜디오
	07A	07:00	월수금	5			
	07B	~07:50	화목	3			
	08B	08:00 ~08:50	화목	5			
	09A	09:00	월수금	4			
	09B	~09:50	화목	2			
	10A	10:00	월수금	4			
	10B	~10:50	화목	3			
	11A	11:00	월수금	1			
	11B	~11:50	화목	2			
	13B	13:00 ~13:50	화목	3			
	14B	14:00 ~14:50	화목	4			
	17A	17:00	월수	2			
	17B	~17:50	화목	마감			
	18B	18:00 ~18:50	화목	마감			
	19A	19:00	월수금	3			
	19B	~19:50	화목	3			
	20A	20:00	월수금	1			
	20B	~20:50	화목	2			
21B	20:00 ~20:50	화목	2				

2023년 7월 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)	08B	08:00 ~08:50	화목	6	주 3회 120,000원 주 2회 90,000원	성인	2층 서킷 핏 트레이닝룸
	09B	09:00 ~09:50	화목	2			
	10A	10:00 ~10:50	월수금	1			
	10B		화목	5			
	11B	11:00 ~11:50	화목	5			
	18B	18:00 ~18:50	화목	4			
	19A	19:00 ~ 19:50	월수금	3			
	19B		화목	3			
	20A	20:00 ~ 20:50	월수금	3			
	20B		화목	5			
	21A	21:00 ~ 21:50	월수금	5			
	21B		화목	1			

2023년 7월 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	3				
	새벽06A 초중급강습	06:00 ~ 06:50	화 목	월수금				2
				화 목				2
	새벽06B 상급 월정기자유	07:00 ~ 07:50	월수금	월수금				3
				화 목				3
	새벽06B 초중급강습	07:00 ~ 07:50	화 목	월수금				2
				화 목				2
	새벽07A 상급강습	09:00 ~ 09:50	월수금	월수금				3
				화 목				3
	새벽07A 초중급강습	09:00 ~ 09:50	화 목	월수금		1		
				화 목		1		
	새벽07B 상급강습	10:00 ~ 10:50	월수금	월수금		5		
				화 목		5		
	새벽07B 초중급강습	10:00 ~ 10:50	화 목	월수금		2		
				화 목		2		
	오전09A 상급 월정기자유	11:00 ~ 11:50	월수금	월수금		1		
				화 목		1		
	오전09A 초중급강습	11:00 ~ 11:50	화 목	월수금		12		
				화 목		12		
오전09B 상급 월정기자유	20:00 ~ 20:50	월수금	월수금	1				
			화 목	1				
오전09B 초중급강습	20:00 ~ 20:50	화 목	월수금	2				
			화 목	2				
오전10A 상급강습	21:00 ~ 21:50	월수금	월수금	2				
			화 목	2				
오전10A 초중급강습	21:00 ~ 21:50	화 목	월수금	5				
			화 목	5				
오전10B 상급강습	21:00 ~ 21:50	화 목	월수금	3				
			화 목	3				
오전10B 초중급강습	21:00 ~ 21:50	화 목	월수금	3				
			화 목	3				

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	3			
	13A	13:00 ~ 13:50	월수금	3			
	13B		화 목	4			
	14A	14:00 ~ 14:50	월수금	4			
	14B		화 목	4			
	19A	19:00 ~ 19:50	월수금	5			
	19B		화 목	13			

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			마감			
	소그룹 16C			월수금			
	소그룹 16D	17:00 ~ 17:50	화 목	1		7세 ~ 초등생	
	소그룹 17A			마감			
	소그룹 17B			1			
	소그룹 17C			마감			
	어린이 수영 17A	월수금	5	어린이수영 (초등생) 초급·중급가능 (처음 ~ 한손 접영 까지)			