

平成28年度 スポーツ教室開催案

西海岸公園市営プール等

全 171 教室合計 1751 コマ

平成28年4月18日更新

Table with columns: No, 教室名, 期, 曜日, 時間, 人数, 講師, 内容以上, 対象, 費用, 備用, 内容, 実施方法. The table lists various sports classes such as '女子のための水泳', 'アкваエクスサイズ30', and 'ウォーキング&アップ' with their respective schedules and details.

全 0 教室合計 コマ

NO	教室名	期	期日												曜日	時間	回数	講師	所属以上 区分	対象	定員	費用	内容	申込方法	決定方法
			①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫											
1	ヨリ	春	4/18	4/22	4/18	4/18	4/22	4/18	4/18	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	金	13:30	1	藤野 直子	●	15歳以上の方 99学年支店除く	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	が場のリズムに合わせてダンスを行います。	申込方法 申し込みは「申し込み書」を提出し、完了した時点で申し込み完了となります。 定員を超えた場合は抽選となります。	先着順
		秋	10/18	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	金	14:30	1	藤野 直子	●	15歳以上の方 99学年支店除く	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	が場のリズムに合わせてダンスを行います。		
		春	4/18	4/22	4/18	4/18	4/22	4/18	4/18	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	金	14:30	1	藤野 直子	●	15歳以上の方 99学年支店除く	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	が場のリズムに合わせてダンスを行います。		
2	グラフィス	春	4/18	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	水	13:30	1	岡崎 美子	●	15歳以上の方 99学年支店除く	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	自分の興味のある動物を飼います。	申込方法 申し込みは「申し込み書」を提出し、完了した時点で申し込み完了となります。 定員を超えた場合は抽選となります。	先着順
		秋	10/18	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	水	13:30	1	岡崎 美子	●	15歳以上の方 99学年支店除く	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	自分の興味のある動物を飼います。		
		春	4/18	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	水	13:30	1	岡崎 美子	●	15歳以上の方 99学年支店除く	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	自分の興味のある動物を飼います。		
3	フランス	春	4/18	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	火	14:45	1	藤野 直子	●	15歳以上の方 99学年支店除く	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	ハワイの地に合わせてダンスを行います。	申込方法 申し込みは「申し込み書」を提出し、完了した時点で申し込み完了となります。 定員を超えた場合は抽選となります。	先着順
		秋	10/18	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	火	14:45	1	藤野 直子	●	15歳以上の方 99学年支店除く	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	ハワイの地に合わせてダンスを行います。		
		春	4/18	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	火	14:45	1	藤野 直子	●	15歳以上の方 99学年支店除く	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	ハワイの地に合わせてダンスを行います。		
4	骨盤エクササイズ	春	4/18	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	金	13:30	1	菅原 美子	●	15歳以上の方 99学年支店除く	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	骨盤がゆがみなく美しいボディラインを維持するためのエクササイズを行います。	申込方法 申し込みは「申し込み書」を提出し、完了した時点で申し込み完了となります。 定員を超えた場合は抽選となります。	先着順
		秋	10/18	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	金	13:30	1	菅原 美子	●	15歳以上の方 99学年支店除く	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	骨盤がゆがみなく美しいボディラインを維持するためのエクササイズを行います。		
		春	4/18	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	金	13:30	1	菅原 美子	●	15歳以上の方 99学年支店除く	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	骨盤がゆがみなく美しいボディラインを維持するためのエクササイズを行います。		
5	ルーシーダットン	春	4/18	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	火	13:45	1	菅原 美子	●	15歳以上の方 99学年支店除く	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	多岐にわたるエクササイズです。骨盤のゆがみを矯正し、体の歪みを改善し、血行を促進し、免疫力を向上させます。	申込方法 申し込みは「申し込み書」を提出し、完了した時点で申し込み完了となります。 定員を超えた場合は抽選となります。	先着順
		秋	10/18	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	火	13:45	1	菅原 美子	●	15歳以上の方 99学年支店除く	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	多岐にわたるエクササイズです。骨盤のゆがみを矯正し、体の歪みを改善し、血行を促進し、免疫力を向上させます。		
		春	4/18	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	火	13:45	1	菅原 美子	●	15歳以上の方 99学年支店除く	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	多岐にわたるエクササイズです。骨盤のゆがみを矯正し、体の歪みを改善し、血行を促進し、免疫力を向上させます。		
6	やんぱい体操	春	4/18	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	火	13:30	1	菅原 美子	-	15歳以上の方	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	楽しく体を動かす体操を行います。	申込方法 申し込みは「申し込み書」を提出し、完了した時点で申し込み完了となります。 定員を超えた場合は抽選となります。	先着順
		秋	10/18	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	火	13:30	1	菅原 美子	-	15歳以上の方	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	楽しく体を動かす体操を行います。		
		春	4/18	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	火	13:30	1	菅原 美子	-	15歳以上の方	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	楽しく体を動かす体操を行います。		
7	産後マヨカ	春	4/18	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	水	13:30	1	菅原 美子	●	15歳以上の方	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	産後マヨカのためのエクササイズです。骨盤のゆがみを矯正し、体の歪みを改善し、血行を促進し、免疫力を向上させます。	申込方法 申し込みは「申し込み書」を提出し、完了した時点で申し込み完了となります。 定員を超えた場合は抽選となります。	先着順
		秋	10/18	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	10/21	水	13:30	1	菅原 美子	●	15歳以上の方	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	産後マヨカのためのエクササイズです。骨盤のゆがみを矯正し、体の歪みを改善し、血行を促進し、免疫力を向上させます。		
		春	4/18	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	4/21	水	13:30	1	菅原 美子	●	15歳以上の方	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	産後マヨカのためのエクササイズです。骨盤のゆがみを矯正し、体の歪みを改善し、血行を促進し、免疫力を向上させます。		

NO	イベント名	日	曜日	時間	回数	講師	所属以上 区分	対象	定員	費用	内容	申込方法	決定方法
1	出逢い子ども会 (来公園児童フェスティバル)	7/13	火	10:30 11:00 11:30	1	20名	20歳以上	15歳以上の方	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	ファミリーの交流を促進し、親子で楽しむイベントです。	申し込みは「申し込み書」を提出し、完了した時点で申し込み完了となります。 定員を超えた場合は抽選となります。	先着順
2	暑気払い	7/2	土	11:00 11:30	1	20名	20歳以上	15歳以上の方	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	夏の暑気払いとして親子で楽しむイベントです。	申し込みは「申し込み書」を提出し、完了した時点で申し込み完了となります。 定員を超えた場合は抽選となります。	先着順
	ダイニングコン	11/25	水	13:30 13:45	1	20名	20歳以上	15歳以上の方	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	スクリーンダイニングでのイベント	申し込みは「申し込み書」を提出し、完了した時点で申し込み完了となります。 定員を超えた場合は抽選となります。	先着順
4	子どもの日 体験高飛び込み	5/5	水	10:00 10:30 11:00 11:30	1	20名	20歳以上	15歳以上の方	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	体験高飛び込み	申し込みは「申し込み書」を提出し、完了した時点で申し込み完了となります。 定員を超えた場合は抽選となります。	先着順
5	体育の日 体験高飛び込み	10/10	月	10:00 10:30 11:00 11:30	1	20名	20歳以上	15歳以上の方	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	体験高飛び込み	申し込みは「申し込み書」を提出し、完了した時点で申し込み完了となります。 定員を超えた場合は抽選となります。	先着順
6	冬休み 体験高飛び込み	1/24	土	10:00 10:30	1	20名	20歳以上	15歳以上の方	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	体験高飛び込み	申し込みは「申し込み書」を提出し、完了した時点で申し込み完了となります。 定員を超えた場合は抽選となります。	先着順
7	夏休み 体験高飛び込み	7/25	土	10:00 10:30	1	20名	20歳以上	15歳以上の方	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	体験高飛び込み	申し込みは「申し込み書」を提出し、完了した時点で申し込み完了となります。 定員を超えた場合は抽選となります。	先着順
8	体験水泳大会	10/10	月	11:30 12:30	1	20名	20歳以上	15歳以上の方	55名	参加費 5,000円 (入場料別途)	体験水泳大会	申し込みは「申し込み書」を提出し、完了した時点で申し込み完了となります。 定員を超えた場合は抽選となります。	先着順

※申し込みは「申し込み書」を提出し、完了した時点で申し込み完了となります。
定員を超えた場合は抽選となります。