

# 令和2年度 盛岡市立総合プール

# 第3期 フィットネス教室

月	火	水	木	金
<b>美姿勢コンディショニング</b> 中田 幸恵 ✕ 9:45 ~10:35 対象:18歳以上 定員:18名 全7回 5,005円 8/31、9/7、14、28 10/5、12、19	<b>ピラティス</b> 佐藤 智子 10:00 ~11:00 対象:18歳以上 定員:18名 全5回 3,575円 9/1、8、29 10/6、13	<b>歩くエアロビクス</b> 中田 幸恵 ✕ 10:00 ~11:00 対象:18歳以上 定員:20名 全8回 5,720円 9/2、9、16、23、30 10/7、14、21	<b>あさイチピラティス</b> 田中 真澄 10:00 ~11:00 対象:18歳以上 定員:18名 全8回 5,720円 9/3、10、17、24 10/1、8、15、22	<b>リラックスヨガⅠ</b> 高橋 美香 裸足 10:00 ~11:00 対象:18歳以上 定員:15名 全8回 5,720円 9/4、11、18、25 10/2、9、16、23
<b>トータルフィットネス</b> 中田 幸恵 10:45 ~11:45 対象:18歳以上 定員:20名 全7回 5,005円 8/31、9/7、14、28 10/5、12、19		<b>コアシェイプ</b> 中田 幸恵 11:15 ~12:15 対象:18歳以上 定員:18名 全8回 5,720円 9/2、9、16、23、30 10/7、14、21	<b>かんたんエアロビクス</b> NAOMI 11:15 ~12:15 対象:18歳以上 定員:20名 全8回 5,720円 9/3、10、17、24 10/1、8、15、22	<b>リラックスヨガⅡ</b> 高橋 美香 裸足 11:15 ~12:15 対象:18歳以上 定員:15名 全8回 5,720円 9/4、11、18、25 10/2、9、16、23

先行受付:6/29(月)~7/17(金) 期間中10%割引

対 象:第2期参加のお客様(第2期参加の教室に限る)

新規受付:8/9(日) 美姿勢コンディショニング14:00~・歩くエアロビクス14:30~

ナイトピラティス15:00~・その他の教室15:30~ 電話にて受付

支払期限:8/23(日) 20:00まで

欠席・振替・体験の受付は8/24(月)から開始いたします

※ 第2期において定員となったため第3期は電話での**新規受付**となります

	<b>親子体育あそび</b> 岩渕 みどり 15:00 ~16:00 対象:2020年度3、4歳 定員:10組 全5回 4,125円 9/1、8、29 10/6、13	<b>リラックスヨガ</b> 高橋 美香 裸足 14:00 ~15:00 対象:18歳以上 定員:15名 全8回 5,720円 9/2、9、16、23、30 10/7、14、21		<b>キッズ体育Ⅰ</b> 小野 茉莉江 14:45 ~15:30 対象:2020年度4、5歳 定員:12名 全8回 5,720円 9/4、11、18、25 10/2、9、16、23
<b>キッズ体育</b> 田村 雄孝 15:30 ~16:15 対象:2020年度5、6歳 定員:12名 全7回 5,005円 8/31、9/7、14、28 10/5、12、19	<b>キッズ体育</b> 駒谷 善吾 16:15 ~17:00 対象:2020年度5、6歳 定員:12名 全5回 3,575円 9/1、8、29 10/6、13	<b>ジュニアヒップホップ</b> 坂本 美南 16:30 ~17:15 対象:2020年度6歳~小4 定員:20名 全8回 5,720円 9/2、9、16、23、30 10/7、14、21		<b>キッズ体育Ⅱ</b> 小野 茉莉江 15:40 ~16:25 対象:2020年度5、6歳 定員:12名 全8回 5,720円 9/4、11、18、25 10/2、9、16、23
<b>ジュニア体育</b> 田村 雄孝 16:30 ~17:30 対象:1、2年生 定員:12名 全7回 5,775円 8/31、9/7、14、28 10/5、12、19	<b>ジュニアダンス</b> 高橋 美保 17:45 ~18:45 対象:小学生 定員:20名 全5回 4,125円 9/1、8、29 10/6、13			<b>ジュニア体育(トランポリン)</b> 駒谷 善吾 17:00 ~18:00 対象:1~3年生 定員:10名 全6回 4,950円 8/27、9/3、10 10/1、8、15
<b>よるイチピラティス</b> 住石 さおり 19:15 ~20:15 対象:16歳以上 定員:18名 全7回 5,005円 8/31、9/7、14、28 10/5、12、19	<b>ズンバ</b> 高橋 美保 19:15 ~20:15 対象:16歳以上 定員:20名 全5回 3,575円 9/1、8、29 10/6、13	<b>ナイトヨガ</b> NAOMI 19:15 ~20:15 対象:16歳以上 定員:18名 全8回 5,720円 9/2、9、16、23、30 10/7、14、21	<b>ナイトピラティス</b> 佐藤 智子 ✕ 19:15 ~20:15 対象:16歳以上 定員:18名 全8回 5,720円 9/3、10、17、24 10/1、8、15、22	<b>ステップエクササイズ</b> 高橋 美保 19:00 ~20:00 対象:16歳以上 定員:16名 全8回 5,720円 9/4、11、18、25 10/2、9、16、23

内履き使用教室

お問い合わせ:盛岡市立総合プール 019-634-0450

# 令和2年度 盛岡市立総合プール 第3期への先行継続受付について

## 実施期間

6月29日(月)～7月17日(金)20:00まで

※1 第2期ご参加教室へ継続で申し込まれる方が対象

※2 期間内申込で10%割引！

各教室同時申込でさらに20%～割引！！

## 注意事項

- ① 期間内のお支払をもちまして、申込完了となります。お申込後の返金は出来かねます。またお電話や口頭でのご予約はできません。あらかじめご了承ください。
- ② 継続参加に加え新規で別の教室をお申込される方は窓口までご相談ください。
- ③ 定員上限となりました月曜美姿勢コンディショニング・水曜歩くエアロビクス・木曜ナイトピラティス教室の継続受付は実施致しません。  
下記期日より電話にてお申込下さい。

【新規電話受付:8月9日(日)】 参加料お支払期限8月23日(日)20時まで

14:00～ 月曜美姿勢コンディショニング

14:30～ 水曜歩くエアロビクス

15:00～ 木曜ナイトピラティス

15:30～ その他の教室