

令和2年度 盛岡市立総合プール

第5期 フィットネス教室

月	火	水	木	金
美姿勢コンディショニング 中田 幸恵 ✕ 9:45 ~10:35 対象:18歳以上 定員:18名 全7回 5,005円 1/18、25、2/1、15 22、3/1、8	ピラティス 佐藤 智子 10:00 ~11:00 対象:18歳以上 定員:18名 全5回 3,575円 1/26、2/2、9 3/2、9	歩くエアロビクス 中田 幸恵 10:00 ~11:00 対象:18歳以上 定員:20名 全5回 3,575円 1/27、2/3、17 24、3/10	あさイチピラティス 田中 真澄 10:00 ~11:00 対象:18歳以上 定員:18名 全7回 5,005円 1/21、28、2/4、18 25、3/4、11	リラックスヨガ I 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 1/22、29、2/5、12 19、26、3/5、12
トータルフィットネス 中田 幸恵 10:45 ~11:45 対象:18歳以上 定員:20名 全7回 5,005円 1/18、25、2/1、15 22、3/1、8		コアシェイプ 中田 幸恵 ✕ 11:15 ~12:15 対象:18歳以上 定員:18名 全5回 3,575円 1/27、2/3、17 24、3/10	かんたんエアロビクス NAOMI 11:15 ~12:15 対象:18歳以上 定員:20名 全7回 5,005円 1/21、28、2/4、18 25、3/4、11	リラックスヨガ II 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 1/22、29、2/5、12 19、26、3/5、12

先行受付:11/9(月)~11/30(月) 期間中10%割引  
 対 象:第4期参加のお客様(第4期参加の教室に限る)  
 ※は第4期受付において定員となったため第5期は電話での新規受付となります  
 新規受付:12/6(日) 電話にて受付  
 10:00~ 月曜美姿勢コンディショニング・ 10:30~ 水曜コアシェイプ  
 11:00~ 水曜リラックスヨガ ・ 11:30~ 水曜ナイトヨガ  
 12:00~ 木曜ナイトピラティス ・ 14:00~ 木曜ジュニア体育  
 14:30~ 金曜キッズ体育II ・ 15:00~ その他の教室  
 支払期限:12/20(日) 20:00まで  
 欠席・振替・体験の受付は1/11(月)から開始いたします

	親子体育あそび 岩淵 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 1/26、2/2、9 3/2、9	リラックスヨガ 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 1/20、27、2/3、10 17、24、3/3、10		キッズ体育 I 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 1/22、29、2/5、12 19、26、3/5、12
キッズ体育 田村 雄孝 15:30 ~16:15 対象:2020年度5、6歳 定員:12名 全8回 5,720円 1/18、25、2/1、8 15、22、3/1、8	キッズ体育 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 1/26、2/2、9 3/2、9	ジュニアヒップホップ 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 1/20、27、2/3、10 17、24、3/3、10		キッズ体育 II 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 1/22、29、2/5、12 19、26、3/5、12
ジュニア体育 田村 雄孝 16:30 ~17:30 対象:1、2年生 定員:12名 全8回 6,600円 1/18、25、2/1、8 15、22、3/1、8	ジュニアダンス 高橋 美保 17:45 ~18:45 対象:小学生 定員:20名 全5回 4,125円 1/26、2/2、9 3/2、9		ジュニア体育(トランポリン) 駒谷 善吾 ✕ 17:00 ~18:00 対象:1~3年生 定員:10名 全5回 4,125円 1/28、2/4、18 25、3/11	ジュニア体育 小野 茉莉江 16:35 ~17:35 対象:1、2年生 定員:12名 全8回 6,600円 1/22、29、2/5、12 19、26、3/5、12
よるイチピラティス 住石 さおり 19:15 ~20:15 対象:16歳以上 定員:18名 全8回 5,720円 1/18、25、2/1、8 15、22、3/1、8	ズンバ 高橋 美保 19:15 ~20:15 対象:16歳以上 定員:20名 全5回 3,575円 1/26、2/2、9 3/2、9		ナイトヨガ NAOMI ✕ 19:15 ~20:15 対象:16歳以上 定員:18名 全8回 5,720円 1/20、27、2/3、10 17、24、3/3、10	ナイトピラティス 佐藤 智子 ✕ 19:15 ~20:15 対象:16歳以上 定員:18名 全7回 5,005円 1/21、28、2/4、18 25、3/4、11

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5期への**先行継続・新規受付**について

## 【先行継続受付実施期間】

11月9日(月)～11月30日(月)20:00まで

※1 第4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・水曜コアシェイプ 水曜リラックスヨガ・水曜ナイトヨガ・木曜ナイトピラティス・水曜ジュニア体育 金曜キッズ体育Ⅱは**継続受付を実施せず新規申込**となります。  
下記期日より電話にてお申込下さい。

## 【新規電話受付:12月6日(日)】

- |                         |                   |
|-------------------------|-------------------|
| ① 10:00～ 月曜美姿勢コンディショニング | ② 10:30～ 水曜コアシェイプ |
| ③ 11:00～ 水曜リラックスヨガ      | ④ 11:30～ 水曜ナイトヨガ  |
| ⑤ 12:00～ 木曜ナイトピラティス     | ⑥ 14:00～ 木曜ジュニア体育 |
| ⑦ 14:30～ 金曜キッズ体育Ⅱ       | ⑧ 15:00～ その他の教室   |

※ 参加料お支払期限**12月20日(日)20時**まで