

令和3年度 盛岡市立総合プール 第3期フィットネス教室の受付について

第3期 開催期間：11月1日(月)～12月24日(金)

継続受付＜9月13日(月)～9月30日(木)＞ お電話で申し込み

◆第2期フィットネス教室申込者対象◆

現在申込の教室へ継続可能です。

※ 9月27日(月)～10月17日(日)20:00 までにお支払いをお願いいたします。

但し、第2期で定員となりました

月曜美姿勢コンディショニング・月曜トータルフィットネス

水曜歩くエアロビクス・水曜ナイトヨガ・木曜ジュニアトランポリン

教室は継続受付いたしません。

下記期日よりお電話にてお申し込みください。

新規受付＜10月2日(土)電話受付＞ ☎019-634-0450

- ・10:30～ 月曜美姿勢コンディショニング・11:00～ 月曜トータルフィットネス
- ・11:30～ 水曜歩くエアロビクス ・12:00～ 水曜ナイトヨガ
- ・12:30～ その他(大人向け)の教室
- ・14:00～ 木曜ジュニアトランポリン ・14:30～ その他★(子供向け)の教室

※ 10月4日(月)～10月17日(日)20:00 までにお支払いをお願いいたします。
(電話受付のみではお申し込み完了とはなりません。)

お得な複数割引

個人または家族(同居世帯)で2教室以上お申込みいただくと、お申込み教室すべて参加料が10%割引になります。

※対象は、フィットネス教室・水泳教室いずれも同時申込に限ります。

盛岡市立総合プール

〒020-0866 盛岡市本宮5丁目3-1

電 話：019-634-0450

受付時間：10:00～20:00

休館日：第3火曜日

令和3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
美姿勢コンディショニング 中田 幸恵 10:00 ~10:50 対象:18歳以上 定員:18名 全8回 5,720円 11/1、8、15、22、29 12/6、13、20	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 11/2、9、30 12/7、14	歩くエアロビクス 中田 幸恵 10:00 ~11:00 対象:18歳以上 定員:16名 全7回 5,005円 11/10、17、24 12/1、8、15、22	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 11/11、18、25 12/2、9、16、23	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7回 5,005円 11/12、19、26 12/3、10、17、24
トータルフィットネス 中田 幸恵 11:00 ~12:00 対象:18歳以上 定員:16名 全8回 5,720円 11/1、8、15、22、29 12/6、13、20	ポルドブラ 佐藤 智子 11:15 ~12:15 対象:18歳以上 定員:16名 全5回 3,575円 11/2、9、30 12/7、14	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7回 5,005円 11/10、17、24 12/1、8、15、22	かんたんエアロビクス NAOMI 11:15 ~12:15 対象:18歳以上 定員:16名 全7回 5,005円 11/11、18、25 12/2、9、16、23	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7回 5,005円 11/12、19、26 12/3、10、17、24
	親子体育あそび 岩渕 みどり 15:00 ~16:00 対象:令和3年度3、4歳 定員:8組 全5回 4,125円 11/2、9、30 12/7、14	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7回 5,005円 11/10、17、24 12/1、8、15、22		
★ キッズ体育 田村 雄孝 15:30 ~16:15 対象:令和3年度5、6歳 定員:12名 全8回 5,720円 11/1、8、15、22、29 12/6、13、20	★ キッズ体育 駒谷 善吾 16:15 ~17:00 対象:令和3年度5、6歳 定員:12名 全5回 3,575円 11/2、9、30 12/7、14	★ ジュニアヒップホップ 坂本 美南 16:30 ~17:15 対象:令和3年度6歳~小4 定員:16名 全7回 5,005円 11/10、17、24 12/1、8、15、22	★ キッズ体育 駒谷 善吾 15:30 ~16:15 対象:令和3年度4、5歳 定員:12名 全7回 5,005円 11/11、18、25 12/2、9、16、23	★ キッズ体育 駒谷 善吾 15:30 ~16:15 対象:令和3年度5、6歳 定員:12名 全7回 5,005円 11/12、19、26 12/3、10、17、24
★ 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 11/1、8、15、22、29 12/6、13、20	★ ジュニアダンス 高橋 美保 17:45 ~18:45 対象:小学生 定員:16名 全5回 4,125円 11/2、9、30 12/7、14	<div>⇒</div> <div>プールサイド</div> <div>にて開催</div>	ジュニアトランポリン 駒谷 善吾 16:45 ~17:45 対象:1~3年生 定員:10名 全7回 5,775円 11/11、18、25 12/2、9、16、23	★ ジュニア体育 駒谷 善吾 16:30 ~17:30 対象:1、2年生 定員:12名 全7回 5,775円 11/12、19、26 12/3、10、17、24
	ズンバ 高橋 美保 19:15 ~20:15 対象:16歳以上 定員:16名 全5回 3,575円 11/2、9、30 12/7、14	ナイトヨガ NAOMI 19:15 ~20:15 対象:16歳以上 定員:18名 全7回 5,005円 11/10、17、24 12/1、8、15、22	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 11/11、18、25 12/2、9、16、23	ステップエクササイズ 高橋 美保 19:00 ~20:00 対象:16歳以上 定員:16名 全7回 5,005円 11/12、19、26 12/3、10、17、24

内履き使用教室

- 継続受付:9/13(月)~9/30(木)(第2期申込の教室に限る)
※ 第2期において定員となった教室は新規受付となります。
- 欠席・振替・体験の受付は10/25(月)から開始いたします。
- お一人一回に限り、無料で体験できます。参加希望日の前日までにご予約下さい。