

スポーツや文化活動を一緒に始めませんか？

平山台文化スポーツクラブ

会員募集

平山台文化スポーツクラブは、平山台健康・市民支援センターを拠点に子供からシニアまで、少額の会費で好きな種目に参加できるクラブです。

健康づくりや仲間づくりに、興味を持ったプログラムに参加してみませんか？



定期プログラム・参加費 日時、参加費は変更される場合あり

スポーツ系

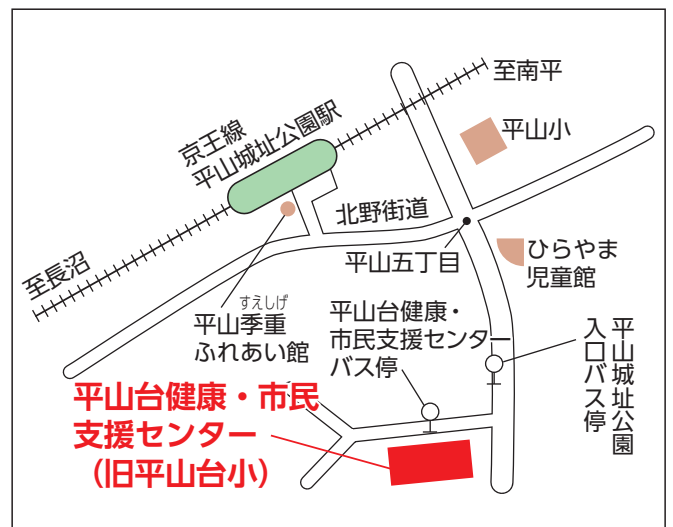
種目	日時	参加費 (1回)	
スポーツ吹き矢	毎週水曜日	10:00~12:00	250円
	毎週金曜日	13:00~15:00	
ビーチボール	毎週火曜日	13:30~16:00	150円
護身合気道	毎週土曜日	13:30~15:30	150円
卓球	毎週日曜日※1	9:30~12:00	200円
	毎週月・水・木・土曜日	13:00~16:00	
グラウンドゴルフ	毎週月・木曜日	9:30~11:30	100円
	第2・第4火曜日	9:30~11:30	
バドミントン	毎週月・木曜日	9:30~12:00	200円
	毎週月・金・日曜日	13:00~16:00	
	毎週金曜日※1	18:30~20:30	
太極拳	毎週木・金曜日	10:00~11:30	200円
ストレッチ	毎週火曜日	10:30~12:00	200円
ハンドロウル	毎週木曜日	13:30~15:30	100円
ヨーガ (1)	毎週月曜日	9:00~10:30	250円
ヨーガ (2)		10:30~12:00	250円
健康体操	第2~第4土曜日	10:00~11:30	200円
フラダンス 入門	第1・第2・第4火曜日	13:30~14:30	250円
フラダンス 初級		14:40~15:40	300円
フラダンス 中級		15:50~16:50	300円
ターゲットバードゴルフ	毎週水・金曜日	13:00~15:30	150円
ソフトエアロビクス	毎週金曜日	14:00~15:30	250円
ノルディックウォーキング	第1・第3日曜日	9:30~12:00	100円
ズンバ	毎週月曜日	14:30~15:30	250円
	毎週金曜日※2	10:00~11:00	
ズンバキッズ	第1・第3日曜日	13:30~14:30	100円
親子ズンバ	毎週金曜日	15:30~16:30	500円(1組)
山歩きと自然探索	第4火曜日		400円
ぶらり街歩き	第1金曜日		500円

文化系

種目	日時	参加費 (1回)	
絵画教室	第2木曜日、第4土曜日	13:30~16:00	500円
樹脂粘土細工	第1水曜日	13:00~16:00	800円
英会話教室 (1)	毎週土曜日	13:45~15:15	1,000円
英会話教室 (2)		15:30~17:00	
男の料理教室	第1月曜日※2	11:00~14:00	1,500円
	第3日曜日※3	11:00~14:00	
コーラス	第2・第4木曜日	13:30~15:00	300円
裏千家茶道教室	第1水曜日	13:30~16:00	1,300円
パステル絵画	第4水曜日	13:30~15:30	500円
燻製教室	第2土曜日※4	10:00~14:00	1,500円
書道教室	第1・第3火曜日	13:30~16:00	500円

※1…指導あり※2…会場は市民の森ふれあいホール

※3…会場は平山交流センター※4…昼食付き



問 平山台文化スポーツクラブ事務局
(平山台健康・市民支援センター内)

☎ FAX 506-9979

✉ hirayamadai@hop.ocn.ne.jp

HP <http://hbcs.sakura.ne.jp>

