



一般社団法人

平山台文化スポーツクラブ

会員価格表

平山台健康・市民支援センターを活動の拠点として、豊かな地域づくりに貢献することを目的に自主運営していくクラブです。子どもからシニアの方まで、少額の会費で様々な種目にいつでも参加いただけます。健康づくり・仲間づくりに楽しく活動しましょう。

プログラムの紹介 (参加費は1回分の会員価格です)

スポーツ系プログラム				
① スポーツウェルネス吹矢	毎週(水)	10:00~12:00	2 - 1	300円
② ビーチボール	毎週(火)	13:30~16:00	体育館	200円
③ 護身合気道	毎週(土)	13:30~15:30	2 - 3	200円
④ 卓球	毎週(日)	9:30~12:00	体育館	250円
	毎週(月)(水)(木)(土)	13:00~16:00		
⑤ グラウンドゴルフ	毎週(月)(木)	9:30~11:30	グラウンド	100円
	第2・4(火)	9:30~11:30		
⑥ バドミントン	毎週(月)(木)	9:30~12:00	体育館	250円
	毎週(月)(金)(日)	13:00~16:00		
	毎週(金) (指導あり)	18:30~20:30		
⑦ 太極拳	毎週(木)(金)	10:00~11:30	2 - 1	250円
⑧ ストレッチ	毎週(火)	10:30~12:00	2 - 1	250円
⑨ ハンドロウル	毎週(木)	13:30~15:30	体育館	150円
⑩ ヨーガ(1) ヨーガ(2)	毎週(月)	9:00~10:15	2 - 1	300円
		10:30~11:45		
⑪ 健康体操	第2・3・4(土)	10:00~11:30	2 - 1	250円
⑫ フラダンス(1) フラダンス(2)	第1・2・4(火)	13:30~14:30	1 - 3	350円
		14:40~15:40		
⑬ ターゲットバードゴルフ	毎週(水)(金)	13:00~15:30	グラウンド	150円

スポーツ系プログラム				
⑭ ソフトエアロビクス	毎週(金)	14:00~15:30	2 - 1	300円
ズンバ	毎週(月)	13:30~14:30	1 - 3	300円
	⑮ 毎週(金)	10:30~11:30	市民の森 ふれあいホール	
ズンバ・ゴールド	毎週(月)	15:00~15:45	1 - 3	300円
	第1(日)・3(日)	10:30~11:15	南平体育館	
⑯ ノルディックウォーキング	第1(日)・3(土)	9:30~11:30	郊外	150円
⑰ 山歩き	第4(火)			500円
⑱ 街歩き	第2(金)			500円
文化系プログラム				
① 絵画教室	第2(木)・第4(土)	13:30~16:00	1 - 1	500円
② 男の料理教室	第3(月)	11:00~14:00	市民の森 ふれあいホール 平山 交流センター	1,600円
	第3(日)	11:00~14:00		
③ コーラス	第2・4(木)	13:30~15:00	1 - 3	300円
④ 裏千家茶道教室	第3(水)	13:30~16:00	2 - 3	1,400円
⑤ パステル絵画	第4(水)	13:30~15:30	1 - 1	600円
⑥ 燻製教室	第2(土)(昼食付き)	10:00~14:00	中庭	1,900円
⑦ 書道教室	第2・4(月)	14:00~16:00	1 - 1	600円

※ すべてのプログラムに指導者がつきます

但し卓球は第1日曜日、バドミントンは毎週金曜の夜のみ指導があります

※ ビジターの参加費は上記会員価格よりも割増料金になります

一般社団法人 平山台文化スポーツクラブ 事務局

〒191-0043 東京都日野市平山 2-1-1 Tel・Fax: 042-506-9979 Mail: hirayamadai@hop.ocn.ne.jp URL: https://hbcs.sakura.ne.jp