

里風総合型クラブ上牧

募集内容

教室名簿	内容	対象	開催日	場所	参加費
陸上教室	走る、跳ぶ、投げる技術を学習し、体力向上をねらいます。	小・中学生	毎週日曜日 9時～11時	上牧中学校校庭	1回 250円
フットサル教室	町民全般に対してフットサル教室を行います。	全般	毎週木曜日 19時～21時	上牧第二中学校	1回 250円
健康体操教室 (ヨガ教室)	からだを動かして全身機能、体力アップができる運動を行います。	高校生以上	毎週月曜日 14時～16時	上牧町アピタ ささゆりルーム	1回 500円
ヒップホップ ダンス教室Ⅰ	小学生低学年に対してヒップホップダンス教室を行います。	小学生 低学年	毎週木曜日 17時～19時	上牧第二町民 体育館	1回 500円
ヒップホップ ダンス教室Ⅱ	小学生高学年以上に対してヒップホップダンス教室を行います。	小学生 高学年 以上	毎週木曜日 19時～21時	上牧第二中学 校 武道場	1回 500円
ピンポン教室	町民全般に対しての卓球教室を行います。	全般	毎週木曜日 19時～21時	上牧第二中学 校	1回 250円
ズンバ教室 (KID'sダンス)	バランス、リズム感を養うためのダンスの指導を行います。	幼児	第1、3日曜日 10時半～12時	ペガサスホー ル小ホール	1回 250円
トランポビク ス教室	ジャンピングシェイプ(一人用トランポリン)で、主に体幹のトレーニングを行います。	高校生 以上	毎週金曜日 18時～20時	上牧第3小学 校	1回 250円
バドミントン 教室	町民全般に対してバドミントン教室を行います。	全般	毎週土曜日 9時～11時	上牧第二町民 体育館	1回 250円

費用 年会費 中学生まで5000円、高校生以上6000円、シニア(65歳以上5000円)
(入会時お支払い) (スポーツ安全保険料は含まれています。)

参加費 各教室によって異なります。(上記の通り)
(月締めの翌月にまとめて請求させていただきます。)

-----き-----り-----と-----り-----

(年 月 日)

名前		電話番号	
住所	奈良県北葛城郡上牧町	教室名	