



**NEW** がつくクラスは  
平成26年4月から  
スタートしたクラスです。

# レインボースポーツスクール各クラスのご案内

**大人クラス** 初めての方でも気軽に始められるクラスが充実!

## ●グループA

曜日	教室名	時間	受講回数/月	定員	受講料/月額(1ヶ月分)	対象
月	● 硬式テニスⅢ <b>NEW</b>	19:15~20:45	4回	45人	5,500円	中学生以上
火	ヨガ	10:00~11:30	6回	25人	4,200円	中学生以上
	コア&ピラティス	11:35~12:35		25人		中学生以上(女性)
	● ベビーヨガ <b>NEW</b>	13:00~14:00	2回	15人	2,900円	乳児と母親
水	キックボクササイズ60	19:15~20:15	6回	25人	4,200円	中学生以上
	ステップシェイプ	10:00~11:00		25人		中学生以上
	太極拳	10:00~11:30		35人		中学生以上
木	● 硬式テニスⅠ	10:15~11:45	4回	45人	5,500円	中学生以上
	● 硬式テニスⅡ	19:15~20:45		45人		中学生以上
	ベリーダンス	19:05~20:05		6回		25人

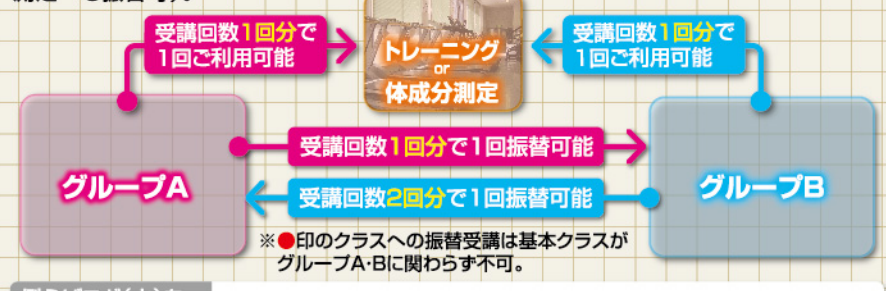
曜日	教室名	時間	受講回数/月	定員	受講料/月額(1ヶ月分)	対象
木	ヨガ	10:00~11:30	6回	25人	4,200円	中学生以上
金	● 太極拳(中級)	14:30~16:00		20人		中学生以上
	シェイプアップバレエ	19:15~20:15		25人		中学生以上(女性)
土	太極拳	19:00~20:30	35人	中学生以上		
	身体すっきりヨガ	19:05~20:05	25人	中学生以上		
日	プーティーバー	10:55~11:55	20人	中学生以上		
日	グラヴィティヨガ <b>NEW</b>	12:00~13:00	6回	20人	4,200円	中学生以上
	● ジャズダンス	14:00~15:30		25人		中学生以上
日	パワーヨガ	11:00~12:00	30人	中学生以上		

## ●グループB

曜日	教室名	時間	受講回数/月	定員	受講料/月額(1ヶ月分)	対象
火	レディース卓球	13:00~15:00	3回	30人	3,290円	18歳以上(女性)
水	健康体操	13:15~14:00	6回	25人	3,300円	55歳以上
	シェイプアップボクシング	20:10~20:50		15人		中学生以上
木	エアロ45 <b>NEW</b>	11:45~12:30	6回	25人	3,300円	中学生以上
	機能改善ヨガ <b>NEW</b>	13:15~14:00		25人		中学生以上
金	ビギナーステップ	10:15~11:00	6回	25人	3,300円	中学生以上
	マットエクササイズ	11:15~12:00		25人		中学生以上
	健康ストレッチ <b>NEW</b>	13:15~14:00		25人		中学生以上
土	ZUMBA	20:15~20:55	25人	中学生以上		
日	キックボクササイズ45	10:00~10:45	25人	中学生以上		
日	ピギナーエアロ	10:00~10:45	25人	中学生以上		

## 利用制度システムのご案内

まずは、グループA・Bの中から基本となるクラスを1クラスお選びいただきます。選んだ基本クラスの受講回数内で他のクラスへの振替受講が可能です(トレーニング室・体成分測定へも振替可)。



例えばヨガ(火)を基本クラスにお選びいただいた場合。

ヨガ(火) 受講回数/3回 + トレーニング 受講回数/1回 + ヨガ(木) 受講回数/1回 + 体成分測定 受講回数/1回 = 合計 6回

※月8回コースもございます。詳しくはお問合せください。  
※月ごとの受講回数は月度内に消化が必要で翌月に繰り越してはできませんので予めご了承ください。

# 子どもクラス お子様の成長を応援する豊富なクラス!

曜日	教室名	時間	受講回数/月	定員	受講料/月額(1ヶ月分)	対象		
月	エヴェッサバスケットボールスクールⅠ	18:15~19:30	3回/4回	20人	5,500円	小学1~3年生		
	エヴェッサバスケットボールスクールⅡ	18:15~19:30		25人		小学4~6年生		
	エヴェッサバスケットボールスクールⅢ	19:45~21:00		40人		中学生		
火	キッズバレエ	16:00~17:00	3回	20人	2,630円	5歳~小学2年生		
	ジュニアバレエ	17:00~18:00		20人		小学生		
	トランポリン①	16:35~17:35		3回		20人	2,770円	5歳~小学生
	トランポリン②	17:40~18:40				20人		
水	サッカー塾	17:30~19:00	3回/4回	30人	4,100円	小学4~6年生の経験者		
	キッズバドミントン	16:30~17:45	3回	20人	2,050円	小学生		
	btチアダンススクールⅠ	16:30~17:20	3回/4回	15人	4,200円	4歳~小学3年生		
btチアダンススクールⅡ	17:25~18:55	25人		6,500円		小学4~中学3年生		

曜日	教室名	時間	受講回数/月	定員	受講料/月額(1ヶ月分)	対象
木	キッズテニス	17:00~18:10	3回	20人	2,770円	小学生
	キッズファンク	16:30~17:30		35人	2,630円	
	ヒップホップ	17:45~18:45		25人	3,480円	
金	エヴェッサバスケットボールスクールⅠ	18:15~19:30	3回/4回	5人	5,500円	小学1~3年生
	エヴェッサバスケットボールスクールⅡ	18:15~19:30		10人		小学4~6年生
	エヴェッサバスケットボールスクールⅢ <b>NEW</b>	19:45~21:00		25人		中学生
土	キッズサッカー	15:20~16:20	3回	20人	2,050円	4歳~就学前
	ジュニアサッカー	16:30~17:45		65人		小学生
	トランポリン③	16:35~17:35		20人		2,770円
トランポリン④	17:40~18:40	20人				

※受講回数4回の月もございます。

※すでに定員に達しているクラスもございますので予めご了承ください。定員クラスはキャンセル待ちで受け付けいたしますので、お問合せください。

## お申込みのご案内 所定の申込用紙に必要事項を記入の上、2ヶ月分の受講料を添えて、直接ペイコム総合体育館地下1階ヘルスエリア事務室にてお申込みください。

お申込みの際にご用意いただくもの ▶▶ **受講料2ヶ月分** + **災害補償制度運営費** ●大人/800円 ●小人/400円  
(※平成26年10月以降は大人/500円、小人/300円)

**■受講料のお支払い**  
3ヶ月目以降の受講料は、口座引落としといたします。引落金融機関は、尼崎信用金庫・三菱東京UFJ銀行・三井住友銀行・ゆうちょ銀行です。所定の口座振替依頼書をご提出していただきます。

**■災害補償制度運営費について**  
スクール活動中や通常経路往復中の事故・傷害に適用されます。(平成27年3月31日まで有効)  
※ただし、平成26年度分を(公財)尼崎市スポーツ振興事業団が開催する他のスクールで、すでに加入済みの方は不要です。

**お願い**  
▼次のような方のお申込みはご遠慮ください。  
①高血圧、心臓病等で医師に運動をひかえるように注意されている方  
②災害補償制度に加入されない方  
③スクール申込者以外の方をフロア内に入れる等、全体の迷惑になる恐れのある方  
▼その他  
①教室開始後の受講料及び災害補償制度運営費は、原則返金いたしませんので、ご了承ください。  
②お申込みが所定の人数に満たない教室は開催しない場合があります。  
③(公財)尼崎市スポーツ振興事業団の登録カードをお持ちの方は、お申込み時にお持ちください。

## トレーニング室で健康に! トレーニング室(有料)

様々なトレーニング機器を取り揃えて、健康づくり・体づくり・シェイプアップ等のお手伝いをさせていただきます。全く初めてトレーニングをされる方でも安心です。スタッフが親切・丁寧に指導いたします。お気軽にお越しください。(小学5年生からご利用いただけます。)

初回利用時のみご利用方法等の講習をさせていただきます。登録後は、自由な時間にご利用いただけます。

※詳しくは、ホームページ又はお電話にてお問合せください。

●市内在住、在勤、在学の利用者		●市外利用者	
	1回券	1ヶ月定期券	
一般	400円	4,000円	一般 600円 6,000円
高校生	100円	1,000円	高校生 150円 1,500円
小・中学生	60円	600円	小・中学生 90円 900円

※障がい者割引制度もございます。



私たちは(公財)尼崎市スポーツ振興事業団の事業を応援します!!

**園田学園女子大学**  
園田学園女子大学短期大学部

※表示価格は消費税8%の税込価格です。