

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!

| 曜日 | 教室名 | 実施時間 | 回数 | 定員 | 受講料/月額(1ヶ月分) | 対象 |
|----|--------------|-------------|------|-----|--------------|-----------|
| 火 | ヨガ | 10:00~11:30 | 4/月度 | 25人 | 3,700円 | 中学生以上 |
| | コア&ピラティス | 11:35~12:35 | | 25人 | | |
| | レディース卓球 | 13:00~15:00 | 3/月度 | 30人 | 3,200円 | 18歳以上の女性 |
| | キックボクササイズ60 | 19:15~20:15 | 4/月度 | 25人 | 3,700円 | 中学生以上 |
| 水 | 太極拳 | 10:00~11:30 | 4/月度 | 35人 | 3,700円 | 中学生以上 |
| | ステップシェイプ | 10:10~11:10 | | 25人 | | |
| | 健康体操 | 13:15~14:00 | | 25人 | 2,500円 | 55歳以上 |
| | ベリーダンス | 19:05~20:05 | | 25人 | 3,700円 | 中学生以上の女性 |
| | シェイプアップボクシング | 20:10~20:50 | | 17人 | 2,900円 | 中学生以上 |
| | 硬式テニス① | 10:15~11:45 | | 50人 | 5,800円 | |
| | 硬式テニス② | 19:15~20:45 | | 50人 | | |
| 木 | ヨガ | 10:00~11:30 | 4/月度 | 25人 | 3,700円 | 中学生以上 |
| | 太極拳(中級) | 14:30~16:00 | | 20人 | 4,600円 | 中学生以上の経験者 |
| | シェイプアップバレエ | 19:15~20:15 | | 25人 | 3,700円 | 中学生以上の女性 |
| 金 | ビギナーステップ | 10:15~11:00 | 4/月度 | 25人 | 2,900円 | 中学生以上 |
| | マットエクササイズ | 11:15~12:00 | | 25人 | | |
| | 太極拳 | 19:00~20:30 | | 35人 | 3,700円 | |
| | 身体すっきりヨガ | 19:05~20:05 | | 25人 | | |
| | ZUMBA | 20:15~20:55 | | 25人 | | |
| 土 | キックボクササイズ45 | 10:00~10:45 | 4/月度 | 25人 | 2,900円 | 中学生以上 |
| | プーティーパー | 10:55~11:55 | | 25人 | 3,700円 | |
| | ジャズダンス | 14:00~15:30 | | 25人 | 4,600円 | |
| 日 | ビギナーエアロ | 10:00~10:45 | 4/月度 | 25人 | 2,900円 | 中学生以上 |
| | パワーヨガ | 11:00~12:00 | | 30人 | 3,700円 | |

子供クラス

お子様の成長を応援する豊富なクラス!

| 曜日 | 教室名 | 実施時間 | 回数 | 定員 | 受講料/月額(1ヶ月分) | 対象 | |
|----------|----------------|-------------|--------|-----------|--------------|-------------------|-------------------|
| 月 | エヴェッサBBS I | 17:40~18:40 | 4/月度 | 40人 | 5,200円 | 小学1~3年生 | |
| | エヴェッサBBS II | 18:50~19:50 | | 40人 | | 小学4~6年生 | |
| | エヴェッサBBS III | 20:00~21:00 | | 30人 | | 中学生 | |
| 火 | キッズバレエ | 16:00~17:00 | 4/月度 | 20人 | 2,800円 | 満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/月度 | 20人 | 2,700円 | 満5歳~小学6年生 | |
| | トランポリン② | 17:40~18:40 | | 20人 | | | |
| | サッカー塾 | 17:30~19:00 | 4/月度 | 30人 | 4,800円 | 小学4~6年生の経験者 | |
| 水 | キッズバドミントン | 16:30~17:45 | 3/月度 | 30人 | 2,000円 | 小学生 | |
| | btチアダンス・スクールI | 16:35~17:35 | 4/月度 | 25人 | 5,200円 | 小学1~中学3年生の初心者(女子) | |
| | btチアダンス・スクールII | 17:45~18:55 | | 25人 | | 6,300円 | 小学1~中学3年生の経験者(女子) |
| | キッズテニス | 16:15~17:30 | 3/月度 | 30人 | 2,700円 | 小学生 | |
| 木 | キッズファンク | 16:30~17:30 | 4/月度 | 35人 | 2,800円 | 小学5~中学3年生 | |
| | ヒップホップ | 17:45~18:45 | | 25人 | | | 3,700円 |
| | エヴェッサBBS I | 17:40~18:40 | | 40人 | 5,200円 | | |
| | エヴェッサBBS II | 18:50~19:50 | | 30人 | | | |
| | キッズサッカー | 15:15~16:15 | | 3/月度 | 20人 | | 2,000円 |
| 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 | 2,700円 | | | | |
| トランポリン④ | 17:40~18:40 | 20人 | | 満5歳~小学6年生 | | | |



※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/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後日提出していただけます。

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26年3月31日まで有効)
※ただし、平成25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・体力づくり・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。専属のトレーナーが親切・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やご希望によりトレーニング方法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。



トレーニング室ご利用料金

| | ●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 | 障害者割引 | 1回券 | 1ヶ月定期券 | |
| 一般 | 400円 | 4,000円 | 300円 | 一般 | 600円 | 6,000円 |
| 高校生 | 100円 | 1,000円 | 50円 | 高校生 | 150円 | 1,500円 |
| 小・中学生 | 60円 | 600円 | 30円 | 小・中学生 | 90円 | 900円 |

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!!



※表示価格は全て税込です。