



# 令和2年度 西宇治体育館主催 バドミントン教室日程表



〈第1期〉

4月 春コース

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

5月 春コース

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

6月 春コース

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

〈第2期〉

9月 秋コース

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

10月 秋コース

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

11月 秋コース

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

〈第3期〉

1月 冬コース

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

2月 冬コース

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

3月 冬コース

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

教室日です  休館日

\*場 所…西宇治体育館多目的アリーナ1/3面

\*日 時…水曜日 10:00~12:00 (7・8月除く)

\*受講料 …6,000円/10回(初回納入)  
700円/1回

\*定 員…20名

\*持ち物 …ラケット、体育館シューズ、飲み物、タオルなど

受講生募集中!



初心者からレベルアップまで、段階を追って練習します。運動不足解消に、また更なる上を目指して! 春夏秋コースでバドミントン始めてみませんか?

西宇治体育館バドミントン教室申込書



フリガナ 氏名	バドミントン歴 年		
ご住所	〒	ご連絡先 ☎	
コース	ご希望のコースに○印を付けて下さい。 コース 春 ・ 秋 ・ 冬 : 1回単位 ( 月 日)		

# 令和2年度 西宇治体育館主催 ラク楽ストレッチ DE ラク楽筋トレ

おうちでもできるストレッチ&軽い筋トレを身につけて、  
楽しく汗を流し運動の習慣づくりを始めてみませんか？  
長く運動していないなあ、軽く動きたいなあ、という方、  
これから運動してみようと思っている方におすすめの教室です！

場 所： 西宇治体育館コミュニティアリーナ  
日 時： 第1期 4月～6月（裏面にカレンダー）  
木曜日 13:30～15:00  
受講料： 500円／1回  
1600円／月コース（4回の場合）  
定 員： 40名  
持ち物： 動きやすい服装、飲み物、タオルなど

## 受講生募集中！

ワンコインで簡単に始められます。  
直接西宇治体育館にお越しください。



下記の申込書に必要事項ご記入のうえ参加料を添えてお申し込み下さい。

西宇治体育館（TEL 39-9251 ・ FAX 39-9252）

## 令和2年度 ラク楽ストレッチ申込用紙

フリガナ 氏名		ご連絡先 ☎	
ご住所	〒		
コース	初回のみご希望のコースに○印を付けて下さい。 月コース（      月）      ・      1回単位（      月      日）		

# 令和2年度 西宇治体育館主催 エンジョイピンポン

初心者から経験のある方まで楽しんでいただけるピンポン教室です。  
硬式球よりラリーが続く、ラージボール卓球も楽しめます。  
西宇治体育館で卓球仲間を作りましょう、増やしましょう！！

受講生募集中

ラケットの貸し出しも  
多少ありますので、  
お気軽にご参加ください。



場 所 : 西宇治体育館多目的アリーナ1/2面

日 時 : 毎週金曜日 (裏面にカレンダー)

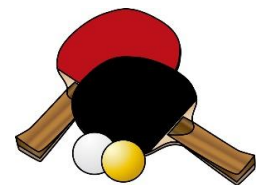
13:00~16:00

受講料 : 350円/1回

1200円/初参加の方、月コース

定 員 : 60名

持ち物 : 上靴、ラケット、動きやすい服装、飲み物、タオルなど



注意事項 : 6ヶ月連続して参加がない場合は次回の参加はコース料金になります。

下記の申込み用紙に必要事項をご記入の上、  
参加料を添えてお申込み下さい。

西宇治体育館 (☎ 39-9251・FAX 39-9252)

令和2年度 エンジョイピンポン申込用紙

( ) 番

フリガナ		歳	男 ・ 女
氏名			
ご住所	〒		
ご連絡先 ☎			