

서안성체육센터 5월 프로그램 운영계획

■ 모집일정

- 재등록(수영) : 4월 18일(월) ~ 22일(금), 06:00 ~ 21:00
- 신규등록 : 4월 25일(월) ~ 27일(수), 06:00 ~ 21:00
 - 수영, GX프로그램 → 재등록 후 미달인원 선착순
 - **볼링 → 전회원 신규모집으로 접수**
 - 자유수영/자유헬스 : 상시접수

※ 서안성체육센터 종목별 강습기간은 **수영 12개월**,
GX 3개월(1월, 4월, 7월, 10월 신규접수), **볼링 1개월(재등록 없이 매월 신규접수)** 단위로 진행됩니다. (기준, 2022년 1월부터 적용)

※ 프로그램별 모집인원은 아래와 같이 안내해 드리며
「홈페이지 프로그램안내」에서 시간, 요일을 확인하시기 바랍니다.

■ 모집방법 : 선착순 현장접수

- 자유수영 : 수시 접수(월 제한인원 200명)
- 헬스 : 수시 접수(월 제한인원 500명)
- GX프로그램 : **3개월 단위로 선착순 신규접수**
- 볼링 : **매월 선착순 신규접수**

■ 모집인원

▶ 수영 ※ 5. 1(일) ~ 8(일)까지 수영장 대청소, 5. 9(월) 개강 예정

1. 수강생 12명 이하시 합반 및 폐강으로 진행됩니다.
2. 상급 ~ 마스터반은 **매주 수요일 오리발 수업**으로 진행됩니다.
(오리발은 **숫핀**으로 수업이 진행 되오니 확인 바랍니다.)
3. **체육시설설치법에 의거 50분 수영 10분 휴식**을 진행합니다.
(매 시각 50분부터 10분 휴식 적용)
4. **초등학생(강습반 포함)**은 안전사고 예방을 위해 **유아폴 이용**을 원칙으로 합니다. 단, 안전요원 test후 성인폴 이용이 가능합니다.
5. 수영장 공공질서 유지를 위해 **지도강사·안전요원의 통제**에 따라야 하며,
이를 어길시 **경고 및 퇴장조치**를 할 수 있습니다.

※ 통제 및 준수사항 위반 등으로 일어난 사고에 대해서는 책임지지 않습니다.

강습시간		기초		초급		중급1		중급2		상급1		상급2		연수		마스터	
		정원	모차어원	정원	모차어원	정원	모차어원	정원	모차어원	정원	모차어원	정원	모차어원	정원	모차어원	정원	모차어원
새벽1반 06:00~06:50	월,수,금									20	10	20	7	20	7	20	7
	진도									평.접교정				영법교정		-	
	화,목	20	0	20	5	20	20	20	10								
	진도	-		자배가능자		평영킵		한팔접영									
새벽2반 07:00~07:50	월,수,금									20	13	20	15	20	16	20	13
	진도																
	화,목	20	20	20	6	20	4	20	0								
	진도	왕초보		자배가능자		한팔접영		양팔접영									
오전1반 09:00~09:50	월,수,금									20	7	20	12	20	20	20	7
	진도									교정		평.접교정				-	
	화,목	20	20	20	0	20	11	20	8								
	진도	왕초보		자배가능자		평영		한팔접영									
오전2반 10:00~10:50	월,수,금									20	15	20	16	20	20	20	12
	진도									접영교정		평.접교정		-		-	
	화,목	20	19	20	3	20	5	20	0								
	진도	왕초보		자배가능자		평영킵		-									
오전3반 11:00~11:50	월,수,금									20	11	20	20	20	20	20	20
	진도									접영기초							
	화,목	20	17	20	7	20	15	20	17								
	진도	왕초보		자배가능자		평영킵		한팔접영									
학생1반 (저학년) 15:00~15:50	월,수,금	20	20	20	14	20	12	20	18								
	진도	왕초보		배영킵		평영킵		한팔접영									
	화,목	20	20	20	20	20	20	20	20								
	진도	왕초보		자유형		배영		평영									
학생2반 (전학년) 16:00~16:50	월,수,금	20	20	20	15	20	5	20	15								
	진도	왕초보		자.배		평영킵		접영									
	화,목	20	0	20	5	20	13	20	15								
	진도	-		자배가능자		평영킵		영법교정									
학생3반 (전학년) 17:00~17:50	월,수,금	20	20	20	0	20	10	20	5								
	진도	왕초보		자유형		배영		영법교정									
	화,목	20	0	20	10	20	11	20	11								
	진도	-		자배가능자		평영킵		영법교정									
저녁1반 19:00~19:50	월,수,금									20	5	20	12	20	14	20	8
	진도									자.접교정		영법교정		영법교정		-	
	화,목	20	20	20	5	20	0	20	0								
	진도	왕초보		자배가능자		평영킵		접영									
저녁2반 20:00~20:50	월,수,금									20	3	20	14	20	15	20	10
	진도									자.접교정		영법교정		영법교정		-	
	화,목	20	13	20	2	20	3	20	10								
	진도	왕초보		평영킵		평영		접영									

▶ **아쿠아로빅 :**

- 성인, 청소년, 경로자 대상
- 수강생 30명 미만시 폐강

강습시간	월, 수, 금		화, 목	
	정원	모집 현황	정원	모집 현황
아쿠아 1반 12:00~12:50	70	50	70	70
아쿠아 2반 13:00~13:50	70	47	70	65

▶ **G·X 프로그램 (4월~6월)**

구 분	월	화	수	목	비고
06:20~07:10	필라테스 A	힐링요가 A	필라테스 A	힐링요가 A	* 정원 20명
07:20~08:10	필라테스 B	힐링요가 B	필라테스 B	힐링요가 B	
09:00~09:50		파워요가 C		파워요가 C	
10:00~10:50		토탈댄스 A		토탈댄스 A	
11:00~11:50					
13:30~14:20	시니어 라인댄스 A		시니어 라인댄스 A		
14:30~15:20	시니어 라인댄스 B	시니어 힐링요가	시니어 라인댄스 B	시니어 힐링요가	
15:30~16:20					
16:30~17:20					
17:30~18:20					
19:00~19:50	토탈댄스 B	힐링요가 D	토탈댄스 B	힐링요가 D	
20:00~20:50		필라테스 C		필라테스 C	

- 모집인원은 사정에 따라 변경될 수 있으며 10명 미만시 합반 또는 폐강으로 진행 됩니다.
- 공휴일의 전 강좌는 휴강이며 별도의 보충강습이 없음을 알려 드립니다.
- 시니어라인댄스/시니어힐링요가 : 만 50세 이상

▶ 볼링 프로그램 (매월)

구 분	월	화	수	목	정 원	대 상	비 고
10:30~11:30	성인기초A	성인기초B	성인기초A	성인기초B	각 15명	성인 남,여 누구나	- 강습반 : 40,000원 (월8회) - 8명 이하시 폐강 - 대화료 : 1,000원 - 사물함 이용료 : 월 3,000원 (보증금 : 1만원) * 프로그램 강습중 일2회 방역
16:00~17:00	학생기초A	학생기초B	학생기초A	학생기초B	각 15명	초3 ~ 고등학생	
프로그램 강습일정	1주차(1, 2회)		스텝, 스윙 / 자유볼링				
	2주차(3, 4회)		자세, 밸런스 / 자유볼링				
	3주차(5, 6회)		타이밍, 릴리즈 / 자유볼링				
	4주차(7, 8회)		스텐스, 스페어 / 자유볼링				

- 강습시간내 게임비 및 볼링화 대여료 포함(단, **강습 종료후 게임비는 별도** 계산)
- 회원의 결석으로 인한 보강수업 없음(단, 센터 사정으로 인한 휴강시 보강)