

[생활체육 프로그램①]

※ 프로그램별 최소정원 미달 시 합반 또는 폐강될 수 있습니다.
 ※ 비키니, 전신수영복, 래시가드, 트렁크형 수영복 착용 시 이용이 제한될 수 있습니다.

【 접수안내 】

- ◎ 재등록: 매월 15~21일
- ◎ 신규등록: 매월 22일 09시~말일 (단, 접수 첫날이 주말, 공휴일인 경우 익일 평일 09시부터)
- ◎ 휴관일: 일요일, 법정공휴일(대체공휴일 포함)
- ◎ 접수처 운영시간: 평일 09:00~18:00
- ◎ 문의전화: 02-2029-4560

수영장 프로그램

[매일수영]

☞ 준비물: 수영복, 수경, 수모

프로그램명	시간	과정	요일	대상	강습료
매일수영 06시	06:00~06:50	초·중·상급	월~토	중학생~성인	성인: 월 70,000원 중·고등학생: 월 60,000원
매일수영 07시	07:00~07:50				
매일수영 09시	09:00~09:50				
매일수영 10시	10:00~10:50				
매일수영 19시	19:00~19:50				
매일수영 20시	20:00~20:50				

[오전수영]

프로그램명	시간	과정	요일	대상	강습료
오전수영 월수금 06시	06:00~06:50	초·중·상급	월/수/금	중학생~성인	성인: 월 44,000원 중·고등학생: 월 30,000원
오전수영 화목토 06시			화/목/토		
오전수영 월수금 07시	07:00~07:50		월/수/금		
오전수영 화목토 07시			화/목/토		
오전수영 화목토 08시	08:00~08:50		화/목/토		
오전수영 월수금 09시	09:00~09:50		월/수/금		
오전수영 화목토 09시			화/목/토		
오전수영 월수금 10시	10:00~10:50		월/수/금		
오전수영 화목토 10시			화/목/토		
오전수영 월수금 11시	11:00~11:50		월/수/금		

※ 수영 프로그램 등록 시 반드시 개인 수준에 맞는 프로그램을 등록하여 주시기 바랍니다.

- 예) 초급: 처음 배우시는 분, 자유형, 배영
- 중급: 평형, 자유형(팔 꺾기), 접영
- 상급: 트레이닝 자세교정 및 턴

※ 수준에 맞지 않는 등록이용이 적발될 경우 이용자에게 불이익이 있을 수 있습니다.

[생활체육 프로그램②]

※ 프로그램별 최소정원 미달 시 합반 또는 폐강될 수 있습니다.
 ※ 비키니, 전신수영복, 래시가드, 트렁크형 수영복 착용 시 이용이 제한될 수 있습니다.

[오후수영]

준비물: 수영복, 수경, 수모

프로그램명	시간	과정	요일	대상	강습료
오후수영 월수금 14시	14:00~14:50	초·중·상급	월/수/금	중등~성인	성인: 월 44,000원 중·고등학생: 월 30,000원
오후수영 월수금 18시	18:00~18:50		월/수/금		
오후수영 월수금 19시	19:00~19:50		월/수/금		
오후수영 화목토 19시			화/목/토		
오후수영 월수금 20시	20:00~20:50		월/수/금		
오후수영 화목토 20시			화/목/토		

[초등수영]

프로그램명	시간	과정	요일	대상	강습료
초등수영 월수금 15시	15:00~15:50	초·중·상급	월/수/금	초등	월 30,000원
초등수영 화목토 15시	15:00~15:50		화/목/토		
초등수영 월수금 16시	16:00~16:50		월/수/금	초등~중등	
초등수영 화목토 16시	16:00~16:50		화/목/토		
초등수영 월수금 17시	17:00~17:50		월/수/금		
초등수영 화목토 17시	17:00~17:50		화/목/토		
초등수영 토요일 15시	15:00~15:50		토	초등	월 15,000원
초등수영 토요일 16시	16:00~16:50			초등~중등	
초등수영 토요일 17시	17:00~17:50			초등~중등	

※ 수영 프로그램 등록 시 반드시 개인 수준에 맞는 프로그램을 등록하여 주시기 바랍니다.

예) 초급: 처음 배우시는 분, 자유형, 배영

중급: 평형, 자유형(팔 꺾기), 접영

상급: 트레이닝 자세교정 및 턴

※ 수준에 맞지 않는 등록이용이 적발될 경우 이용자에게 불이익이 있을 수 있습니다.

[생활체육 프로그램③]

※ 프로그램별 최소정원 미달 시 합반 또는 폐강될 수 있습니다.
 ※ 비키니, 전신수영복, 래시가드, 트렁크형 수영복 착용 시 이용이 제한될 수 있습니다.

[아쿠아로빅]

준비물: 수영복, 수모

프로그램명	시간	요일	대상	강습료
아쿠아 매일반 12시	12:00~12:50	월~토	성인	월 70,000원
아쿠아 매일반 13시	13:00~13:50			
아쿠아 월수금 08시	08:00~08:50	월/수/금		월 44,000원
아쿠아 월수금 12시	12:00~12:50			
아쿠아 월수금 13시	13:00~13:50			
아쿠아 화목토 11시	11:00~11:50	화/목/토		
아쿠아 화목토 12시	12:00~12:50			
아쿠아 화목토 13시	13:00~13:50			
아쿠아 화목토 14시	14:00~14:50			
아쿠아 화목토 18시	18:00~18:50			

※ 수영 프로그램 등록 시 반드시 개인 수준에 맞는 프로그램을 등록하여 주시기 바랍니다.

예) 초급: 처음 배우시는 분, 자유형, 배영

중급: 평형, 자유형(팔 꺾기), 접영

상급: 트레이닝 자세교정 및 턴

※ 수준에 맞지 않는 등록이용이 적발될 경우 이용자에게 불이익이 있을 수 있습니다.

[생활체육 프로그램④]

※ 프로그램별 최소정원 미달 시 합반 또는 폐강될 수 있습니다.
 ※ 실내용 운동화 미착용시 이용이 제한될 수 있습니다.

체육관 프로그램

[체육관(건강교실) & SNPE]

☞ 몸살림운동준비물:실내전용운동화, 수건, 물
 SNEP준비물 : 재료비별도(강사문의)

프로그램명	시간	요일	대상	강습료
몸살림운동	13:00~14:20	목	성인	월 20,000원
SNPE 바른자세 척추운동A	18:00~18:50	화.목	14세~성인	월 43,000원
SNPE 바른자세 척추운동B	20:00~20:50	화.목	14세~성인	월 43,000원
SNPE 바른자세 척추운동C	21:00~21:50	화.목	14세~성인	월 43,000원
SNPE 바른자세 척추운동_토A	08:00~08:50	토	14세~성인	월 30,000원
SNPE 바른자세 척추운동_토B	09:00~09:50	토	14세~성인	월 30,000원

[체육관(필라테스)]

☞ 근력운동, 파워로빅 준비물: 실내전용운동화, 수건, 물

프로그램명	시간	요일	대상	강습료
모닝필라테스A	06:30~07:20	월/수/금	성인	월 45,000원
모닝필라테스B	07:30~08:20			
스트레칭&매트근력운동(화목6시30분)	06:30~07:20	화/목		월 40,000원
스트레칭&매트근력운동(화목7시30분)	07:30~08:20			
파워로빅(근력)	09:00~09:50	월/수/금		월 40,000원
밸런스 근력운동	11:00~11:50	월/수/금		월 45,000원
즐거운요가&필라테스	12:00~12:50	월/수/금		
비트요가 필라테스A	18:00~18:50	월/수/금		
비트요가 필라테스B	19:00~19:50			

[체육관(줌바&로빅)]

☞ 준비물: 실내전용운동화, 수건, 물

프로그램	시간	요일	대상	강습료
라인&줌바댄스	09:00~09:50	화/목	성인	월 40,000원
댄스 에어로빅	10:00~10:50	월~금	성인	월 45,000원
파워!스트롱줌바	12:00~12:50	화/목		월 40,000원
비트!스트롱줌바	19:00~19:50			

[생활체육 프로그램④]

[체육관(성인인터벌)]

☞ 준비물: 실내전용운동화, 수건, 물

프로그램	시간	요일	대상	강습료
파워인터벌A	13:00~13:50	월/수/금	성인	월 45,000원
파워인터벌B	14:00~14:50			
파워인터벌C	20:00~20:50			
파워인터벌D	21:00~21:50			

[체육관(청소년댄스&인터벌)]

☞ 준비물: 실내전용운동화, 수건, 물

프로그램	시간	요일	대상	강습료
놀이랑댄스랑(놀이+숏폼댄스)	15:00~15:50	월/수/금	5~10세	월 50,000원
K-POP댄스	16:00~16:50		7~13세	
파워인터벌	17:00~17:50		초등~중등	

[체육관(청소년신체발달)]

☞ 놀이발레.어린이발레 준비물: 발레슈즈.발레복
신나는 명랑운동회 준비물 : 실내전용운동화

프로그램	시간	요일	대상	강습료
놀이발레	16:00~16:50	화/목	5~9세	월 40,000원
어린이발레	17:00~17:50		7~13세	월 40,000원
신나는 명랑운동회(뉴스포츠)_1.3주A	10:00~10:50	토	8~10세	월 20,000
신나는 명랑운동회(뉴스포츠)_1.3주B	11:00~11:50	토	10~13세	월 20,000
신나는 명랑운동회(뉴스포츠)_2.4주A	10:00~10:50	토	8~10세	월 20,000
신나는 명랑운동회(뉴스포츠)_2.4주B	11:00~11:50	토	10~13세	월 20,000

■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ 헬스 프로그램 ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■

☞ 준비물: 실내전용운동화

프로그램	운영시간	요일	대상	강습료
헬스	06:00~21:00 09:00~18:00	월~금 토	성인 11~19세	성인 월 35,000원 청소년 월 25,000원

[교육문화 프로그램①]

※ 프로그램별 최소정원 미달 시 합반 또는 폐강될 수 있습니다.
 ※ 재료비·교재비는 해당 강사에게 문의하시기 바랍니다.

[음악영역]

프로그램명	요일	시간	대상	강습료	강의실	비고												
어쿠스틱통기타 (목 17시)	목	17:00~17:50	초등~성인	월 35,000원	꾸며드림 [4층]	☞ 준비물: 통기타 ※ 교재비 별도												
어쿠스틱통기타 (목 18시)		18:00~18:50																
어쿠스틱통기타 (목 19시)		19:00~19:50																
어쿠스틱통기타 (목 20시)		20:00~20:50																
기타자유레슨 (금 18시)	금	18:00~18:50		월 35,000원	청드림교실1	☞ 준비물: 우쿨렐레 ※ 교재비 별도												
우쿨렐레 (금 17시)	금	17:00~17:50		월 30,000원	[3층]													
드럼 (월 16시)	월	16:00~16:50		초등~성인	월 40,000원	채워드림 (밴드실) [지하1층]	☞ 준비물: 드럼스틱											
드럼 (월 17시)		17:00~17:50																
드럼 (월 18시)		18:00~18:50																
드럼 (월 19시)		19:00~19:50																
드럼 (목 16시)	목	16:00~16:50						초등~성인	월 40,000원	채워드림 (밴드실) [지하1층]	☞ 준비물: 드럼스틱							
드럼 (목 17시)		17:00~17:50																
드럼 (목 18시)		18:00~18:50																
드럼 (목 19시)		19:00~19:50																
드럼 (목 20시)	금	20:00~20:50										초등~성인	월 40,000원	채워드림 (밴드실) [지하1층]	☞ 준비물: 드럼스틱			
드럼 (금 16시)		16:00~16:50																
드럼 (금 17시)		17:00~17:50																
드럼 (금 18시)		18:00~18:50																
드럼 (토 11시)	토	11:00~11:50	초등~성인													월 40,000원	채워드림 (밴드실) [지하1층]	☞ 준비물: 드럼스틱
드럼 (토 12시)		12:00~12:50																
드럼 (토 13시)		13:00~13:50																
드럼 (토 14시)		14:00~14:50																
드럼 (토 15시)		15:00~15:50																

[교육문화 프로그램②]

※ 프로그램별 최소정원 미달 시 합반 또는 폐강될 수 있습니다.
 ※ 재료비·교재비는 해당 강사에게 문의하시기 바랍니다.

[음악영역(피아노)]

프로그램명	요일	시간	대상	강습료	강의실	비고
월수피아노 15시	월/수	15:00~15:50	초등~ 청소년	바이엘: 월 30,000원 체르니100: 월 45,000원 체르니30: 월 50,000원 체르니40: 월 55,000원	들려드림 (피아노실) [4층]	※ 교재비 별도
월수피아노 16시	월/수	16:00~16:50				
월수피아노 17시	월/수	17:00~17:50				
화목피아노 15시	화/목	15:00~15:50				
화목피아노 16시	화/목	16:00~16:50				
화목피아노 17시	화/목	17:00~17:50				
성인 월수피아노 18시	월/수	18:00~18:50	성인	바이엘: 월 42,000원 체르니100: 월 47,000원 체르니30: 월 52,000원 체르니40: 월 57,000원		
성인 월수피아노 19시	월/수	19:00~19:50				
성인 화목피아노 18시	화/목	18:00~18:50				
성인 화목피아노 19시	화/목	19:00~19:50				
반주피아노(토11시)	토	11:00~11:50	초등~성인	월 40,000원		
반주피아노(토12시)		12:00~12:50	초등~성인	월 40,000원		

[미술영역]

프로그램명	요일	시간	대상	강습료	강의실	비고
뎃생수채화 (목 19시)	목	19:00~20:50	중등~성인	월 40,000원	청드림교실4 [3층]	※ 재료비 별도
서양화교실 (목 10시)		10:00~11:50	성인			
신나는 창의미술 (목 15시)		15:00~15:50	6세~ 초등4	월 30,000원		
신나는 창의미술 (목 16시)		16:00~16:50				
신나는 창의미술 (목 17시)		17:00~17:50				
청소년미술 (토 15시)	토	15:00~15:50	초등3~ 청소년			
청소년미술 (토 16시)		16:00~16:50				

[교육문화 프로그램③]

※ 프로그램별 최소정원 미달 시 합반 또는 폐강될 수 있습니다.
 ※ 재료비·교재비는 해당 강사에게 문의하시기 바랍니다.

[언어영역]

프로그램명	요일	시간	대상	강습료	강의실	비고
Young	월/수	14:00~14:50	8~13세	월 40,000원	청드림교실3 [3층]	※ 등록 전 강사와 레벨 상담 통화 필수 ※ 교재비 별도
BABY		15:00~15:50	5~10세			
LITTLE		16:00~16:50	5~10세			
Jump up2		17:00~17:50	8~13세			
Solid Class up		18:00~18:50	13~17세	월 66,000원		
KID	화/목	16:00~16:50	5~10세	월 40,000원	청드림교실1 [3층]	※ 교재비 별도
Jump up1		17:00~17:50	8~13세			
Jump up1B		18:00~18:50	초등~중등			
달달한 영문법	금	15:00~15:50	8~13세	월 30,000원	청드림교실1 [3층]	※ 교재비 별도
톡톡 영어 첫걸음		16:00~16:50	5~10세			
달달영문 쓱쓱영작		17:00~17:50	8~17세			
방송스피치_고학년	토	10:00~10:50	초등4~중등	월 40,000원	청드림교실1 [3층]	※ 교재비 별도
방송스피치_저학년		11:00~11:50	초등1~초등3			

[사고탐구]

프로그램명	요일	시간	대상	강습료	강의실	비고
한눈에 보는 한국사A	토	11:00~12:20	초4~ 중등	월 33,000원	청드림교실3 [3층]	※ 등록 전 강사와 진도 상담 통화 필수
한눈에 보는 한국사B		13:00~14:20				
한눈에 보는 한국사C		14:30~15:50				
주산 11시	토	11:00~11:50	초등	월 25,000원	청드림교실2 [3층]	※ 재료비 별도
주산 12시		12:00~12:50				

[교양취미]

프로그램명	요일	시간	대상	강습료	강의실	비고
손창수 노래교실	화	10:00~11:40	성인	월 25,000원	소극장 [1층]	※ 교재비 별도
네일국가자격증반	목	13:00~14:50	성인	월 40,000원	꾸며드림 (다목적실) [4층]	※ 재료비 별도
흠헤어자격증&취미	목	10:00~11:50	청소년~성인	월 40,000원		
서예 (토 14시)	토	14:00~14:50	초등~성인	월 28,000원	청드림교실5 [3층]	
서예 (토 15시 30분)		15:30~16:40				