

# 모두누림센터 2월

## 스포츠 프로그램 운영안내

2024년  
새해 복 많이 받으세요



### [프로그램 접수방식 및 일정 변경 안내]

월	화	수	목	금
15	16	17	18	19
1월 기존회원 재등록 (온라인, 현장, 무인발권기)				잔여자리 안내 (온라인) 14:00
1. 15.(월) 06:00 ~ 1. 18.(목) 20:00				
2월 신규 프로그램 추첨 등록 (온라인)		추첨자 확인 및 결제 (온라인, 현장)		
1. 15. (월) 09:00 ~ 1. 16.(화) 18:00		1. 17.(수) 11:00 ~ 1. 18.(목) 20:00		
22	23	24	25	26
전체 프로그램 잔여자리 추첨 등록 (온라인)		추첨자 확인 및 결제 (온라인, 현장)		잔여자리 안내 (온라인) 14:00
1. 22.(월) 09:00 ~ 1.23.(화) 18:00		1. 24.(수) 11:00 ~ 1. 25.(목) 20:00		
29	30	31	※ 1월은 감면서류 제출 달입니다. ※	
전체 프로그램 잔여자리 선착순 현장등록		개강공지 (온라인)	감면대상자는 현장 방문하여 서류 제출 후 결제 부탁드립니다.	
1. 29.(월) 08:00 ~ 1. 30.(화) 20:00		14:00		
※ 동시간대 프로그램(여성비전센터 교육 포함) 등록이 불가능합니다. 등록 시 유의해주시기 바랍니다.				

#### ● 프로그램 온라인 추첨대기 등록 방법

- 수강생 본인 로그인 → 통합예약 → 수강신청 → 프로그램클릭

#### ● 추첨 후 당첨 결과는 홈페이지 로그인 후 내 예약관리에서 확인해주세요.

- 수강생 본인 로그인 → 내예약관리 → 수강신청현황 확인

#### ● 결제 기간 내 미결제 시 자동으로 당첨이 취소됩니다

- 당첨자 결제: 수강생 본인 로그인 → 내예약관리 → 결제

#### ● 프로그램 접수방식 및 일정 변경과 관련한 자세한 내용은 홈페이지 공지사항 확인해주세요.

종목	프로그램		강사명	강습요일	강습시간	대상	정원	수강료(원)
수영	성인 청소년	<b>신규 추천</b> A [기초] 입문	미정	월.수.금	06:00~06:50	성인.청소년	25	성인: 60,000 청소년: 50,000
		A [고급] 전영법 교정(오리발)	이미희		06:00~06:50			
		A [마스터] 4종목 숙달	박동호		06:00~06:50			
		<b>신규 추천</b> C [기초] 입문	미정		07:00~07:50			
		C [고급] 전영법 교정(오리발)	이미희		07:00~07:50			
		E [고급] 전영법 교정(오리발)	이미희		09:00~09:50			
		E [마스터] 4종목 숙달	강인규		09:00~09:50			
		F [고급] 전영법 교정(오리발)	강인규		10:00~10:50			
		F [마스터] 4종목 숙달	박동호		10:00~10:50			
		H [고급] 점영 발차기	김정아		19:00~19:50			
		H [마스터] 4종목 숙달	이원용		19:00~19:50			
		J [고급] 전영법 교정(오리발)	김태우		20:00~20:50			
		J [마스터] 4종목 숙달	김정아		20:00~20:50			
		<b>신규 추천</b> B	[초급] 자유형 팔돌리기		강인규			
	B [고급] 전영법 교정(오리발)		미정	06:00~06:50				
	D [기초] 입문		미정	07:00~07:50				
	D [상급] 점영 발차기		박동호	07:00~07:50				
	D [고급] 전영법 교정(오리발)		이미희	07:00~07:50				
	I [고급] 전영법 교정(오리발)		김정아	19:00~19:50				
	I [마스터] 4종목 숙달		김태우	19:00~19:50				
	K [초급] 자유형 팔돌리기		김정아	20:00~20:50				
	K [고급] 전영법 교정(오리발)	이원용	20:00~20:50					
	실버	B [고급] 전영법 교정(오리발)	김태우	화.목	14:00~14:50	만65세이상	15	25,000
	어린이	A-2 [상급] 점영 종합동작	이원용	월.수.금	16:00~16:50	초1~초6	25	35,000
		C-2 [마스터] 4종목 숙달	김태우		17:00~17:50		25	
		B-2 [상급] 점영 종합동작	이원용	화.목	16:00~16:50		25	30,000
		D-1 [상급] 점영 종합동작	이원용		17:00~17:50		25	
		D-2 [마스터] 4종목 숙달	김태우		17:00~17:50		25	
	아쿠아로빅	A	정성순	월.수.금	11:00~11:50	성인	50	60,000
		B	정성순	월.수.금	12:00~12:50	성인	50	
C		정성순	화.목	12:00~12:50	성인	50	50,000	
D		정성순	화.목	13:00~13:50	성인	50		
월 자유이용					운영시간 내 (일요일 제외)	성인, 청소년	150	성인: 50,000 청소년: 40,000

✓ 2월 배울 진도 확인 필수!! 진도에 맞지 않게 등록시 등록취소(환불) 될 수 있습니다. / 운영관계상 프로그램 및 강사가 변경 될 수 있습니다.

단계	반명	진도	단계	반명	진도
1	기초	물적응 및 자유형(발차기 ~ 팔돌리기)	4	상급	점영(발차기 ~ 종합동작)
2	초급	자유형 종합동작 ~ 배영 종합동작	5	고급	자유형 팔꺼기 ~ 전영법 교정 ~ 오리발
3	중급	평영(발차기 ~ 종합동작)	6	마스터	전영법 이수한자(수영경력 1년 6개월 이상)

✓ 어린이 프로그램 공지  
- 진도와 기간이 상이 할 수 있음  
- 강습시간만 이용가능 (유료 일일입장 가능)

종목	프로그램	강사명	강습요일	강습시간	대상	정원	수강료(원)	강습장소	
헬스	월 자유이용		운영시간 내		성인.청소년	190	성 인: 40,000 청소년: 30,000	지하 2층 헬스장	
GX 요가	에어로 댄스	A	손옥길	월-금	09:00~09:50	성인	25	50,000	지하 2층 GX룸
		B	손옥길	월-금	10:00~10:50	성인	25	50,000	
		C	용은진	월-금	19:00~19:50	성인	25	50,000	
		D	용은진	월-금	20:00~20:50	성인	25	50,000	
	줌바	A	박은숙	월-금	13:00~13:50	성인	25	50,000	지하 2층 GX룸
		B	박은숙	월-금	14:00~14:50	성인	25	50,000	
		C	이경숙	월.수.금	18:00~18:50	성인.청소년	20	성 인: 40,000 청소년: 35,000	지하 3층 요가장
		D	이경숙	월.수.금	19:00~19:50	성인.청소년	20		
		E	이경숙	월.수.금	20:00~20:50	성인.청소년	20		
	근력운동 벨리댄스		박은미	화.목	19:00~19:50	성인.청소년	20	30,000	지하 3층 요가장
	 신규추천	다이어트 벨리댄스	박은미	화,목	20:00~20:50	성인,청소년	20	30,000	지하 3층 요가장
	바디디자인		탁윤진	월.수.금	08:00~08:50	성인.청소년	20	성 인: 40,000 청소년: 35,000	지하 3층 요가장
	필라테스	A	탁윤진	월.수.금	07:00~07:50	성인.청소년	20	성 인: 40,000 청소년: 35,000	지하 3층 요가장
		B	탁윤진	월.수.금	09:00~09:50	성인.청소년	20		
		C	탁윤진	월.수.금	10:00~10:50	성인.청소년	20		
	요가	힐링A	이미진	월.수.금	07:00~07:50	성인.청소년	20	성 인: 40,000 청소년: 35,000	지하 2층 GX룸
		힐링B	이미진	월.수.금	08:00~08:50	성인.청소년	20		
		빈야사	박혜진	월.수.금	19:00~19:50	성인.청소년	20		2층 온돌강의실
하타		박혜진	월.수.금	20:00~20:50	성인.청소년	20	2층 온돌강의실		
아쉬탕가 요가	A	신정희	화.목	18:00~18:50	성인.청소년	20	30,000	2층 온돌강의실	
	B	신정희	화.목	19:00~19:50	성인.청소년	20	30,000		
	C	신정희	화.목	20:00~20:50	성인.청소년	20	30,000		
GX 요가 (유아 어린이)	발레	유아	공희선	월.수.금	16:00~16:50	6~7세	12	30,000	지하 2층 GX룸
		어린이 A	공희선	월.수.금	17:00~17:50	초1~초6	16	30,000	
		어린이 B	공희선	월.수.금	18:00~18:50	초1~초6	16	30,000	
	K-POP댄스		김애진	화.목	16:00~16:50	초1~초6	16	25,000	지하 2층 GX룸
			김애진	화.목	17:00~17:50	초1~초6	16	25,000	
	어린이요가		유정아	화.목	16:00~16:50	초1~초6	16	25,000	지하 3층 요가장
유정아			화.목	17:00~17:50	초1~초6	16	25,000		

종목	프로그램	강사명	강습요일	강습시간	대상	정원	수강료(원)	강습장소	
다목적 체육관	배드민턴	A 서푸름	월.수.금	06:00~06:50	성인.청소년	14	성 인: 40,000 청소년: 35,000	지하 2층 실내체육관	
				07:00~07:50		14			
				B 손의진		09:00~09:50			14
						10:00~10:50			14
		11:00~11:50				14			
		C 송상준				18:00~18:50			20
				19:00~19:50		20			
				20:00~20:50		20			
	방과후 배드민턴		송상준	월.수.금	17:00~17:50	초3~중3	20		청소년: 35,000 어린이: 30,000
	탁구	A 이기삼	화.목	09:00~09:50	성인.청소년	14	성 인: 30,000 청소년: 30,000		
				10:00~10:50		14			
				11:00~11:50		14			
		B 이기삼		18:00~18:50		14			
				19:00~19:50		14			
				20:00~20:50		14			
	어린이 농구	C	이나연	토	14:00~14:50	초4~초6	20		20,000
		D			15:00~15:50				
청소년 농구	E			16:00~16:50	중1~중3	20	25,000		
스피닝	스피닝	A	월.수.금	10:00~10:50	성인.청소년	20	월.수.금 성 인: 40,000 청소년: 35,000	지하 3층 스피닝장	
		C		김현		11:00~11:50			20
		E		김두희		18:00~18:50			20
		G		김두희		19:00~19:50			20
		I		김두희		20:00~20:50			20
		D	배재호	화.목		09:00~09:50	20		화.목 성 인: 30,000 청소년: 30,000
		B	배재호			10:00~10:50	20		
		F	김현			18:00~18:50	20		
		H	김현			19:00~19:50	20		
		J	김현			20:00~20:50	20		

모집정원 대비 등록인원 50% 미만 시 폐강

기타문의 031-350-4371~2