

IV. 은평종합스포츠타운 프로그램 시간표

※ 아래 시간표는 정상운영 시 진행되는 시간표입니다. 현재는 사회적 거리두기 강화조치(21시까지 운영)가 2월6일까지 3주 연장됨에 따라 **강습 종료시간이 21시가 넘어가는 프로그램**은 신규접수를 받지 않습니다. 이 점 깊은 양해 부탁드립니다.

□ 수영 : 7레인(25M), 유아풀

1레인(기초~평영) → 2레인(접영) → 3레인(접영이상) → 4&5레인(오리발이상) / 6&7레인은 승급전용 레인으로 신규접수를 받지 않습니다.

프로그램	강습시간	강습요일	정원	강습대상	강습료(월)
조기수영	06:00~06:50	월수금 화 목	125명 ※수용 가능인원	청소년 · 성인 수준별/단계별 영법 지도	월·수·금 성 인:47,000원 청소년:35,000원 어린이:33,000원 유 아:33,000원
아침수영	07:00~07:50	월수금 화 목			
저녁수영	19:00~19:50	월수금 화 목			
직장인수영	20:00~20:50	월수금 화 목			
야간수영	21:00~21:50	월수금 화 목			
어머니수영	09:00~09:50	월수금 화 목	125명 ※수용 가능인원	청소년 이상 여성 수준별/단계별 영법 지도	화·목 성 인:33,000원 청소년:23,000원 어린이:20,000원 유 아:20,000원
	10:00~10:50	월수금 화 목			
	11:00~11:50	월수금 화 목			
여가수영	14:00~14:50	월수금 화 목	125명 ※수용 가능인원	청소년 · 성인	
어린이수영	15:00~15:50	월수금 화 목	각반 15~17명	초등학생	
	16:00~16:50	월수금 화 목			
	17:00~17:50	월수금 화 목			
유아수영	15:00~15:50	월수금 화 목	각반 10명	5세 ~ 7세	
자유수영 평일 1부	08:00~08:50	월~금	20명	성 인 청 소 년 어 린 이 (50분 기준) (강습종목 상관없이 당월회원 30%할인)	- 평 일 - 성 인:4,000원 청소년:3,000원 어린이:2,300원 - 토요일 - 성 인:5,000원 청소년:4,000원 어린이:3,000원
자유수영 평일 2부	18:00~18:50		20명		
자유수영 토요일	06:10~07:00 07:00~07:50 09:00~09:50 10:00~10:50 13:00~13:50 14:00~14:50 15:00~15:50 16:00~16:50 17:00~17:50	토	매시간 80명		
아쿠아로빅	08:00~08:50	월수금 화 목	65명	성 인	월·수·금 46,000원 화·목 33,000원
	12:00~12:50 (여성만 가능)		110명		
	18:00~18:50		60명		
주 말 아쿠아로빅	08:00~08:50	토	각반 60명	성 인	24,000원
	11:00~11:50				
	12:00~12:50				

□ 헬스

프로그램	장 소	운영시간	운영요일	정 원	대 상	이용료(월)
건강헬스	센터3층 헬스장	월 ~ 금 06:00~21:00* *거리두기 완화 시 21:50분까지 운영 토 06:00~19:50	월 ~ 토	360명	성 인 청소년 어린이	성 인:53,000원 청소년:46,000원 어린이:37,000원
비만순환 운동반	센터3층 헬스2실	20:00~20:50	월 ~ 금 (토:자유이용)	25명	성 인	성 인 60,000원

□ 골프

프로그램	장 소	강습시간	강습요일	정 원	강습대상	강습료(월)
골프교실	지하1층 골프장	06:00~06:50	월 · 수 · 금 화 · 목 ※ 단체강습	10명	성 인 청소년 9~13세 ※ 9~13세는 14시, 15시, 16시 타임만 수강 가능	월·수·금 성 인:69,000원 청소년:58,000원 9~13세:46,000원 화·목 성 인:46,000원 청소년:38,000원 9~13세:31,000원
		07:00~07:50				
		09:00~09:50				
		10:00~10:50				
		11:00~11:50				
		14:00~14:50				
		15:00~15:50				
		16:00~16:50				
		17:00~17:50				
		19:00~19:50				
		20:00~20:50				
		21:00~21:50				
		자 유 이 용	08:00~08:50	월 ~ 금	성 인 청소년 9~13세	성 인:5,000원 청소년:4,000원 9~13세:3,500원
			07:00~19:50 (매시정각~50분)	토요일	(종목상관없이 당월회원30%할인)	성 인:6,000원 청소년:5,000원 9~13세:4,500원

□ 테니스

종 목	강습장소	운영일	정 원	운영시간	강습대상	강습료(월)	
테니스 교실	실외 테니스장	월·수·금 화·목 (단체강습)	10명	07:00~07:50	성 인 청소년 어린이	월·수·금 성 인 : 69,000원 청소년 : 58,000원 어린이 : 46,000원	
				08:00~08:50			
				09:00~09:50			
				10:00~10:50			
				11:00~11:50			
		6명	17:00~17:50	어린이	화·목 성 인 : 46,000원 청소년 : 38,000원 어린이 : 31,000원		
		10명	19:00~19:50	성 인 청소년			
			20:00~20:50				
			월·수·금 화·목 (소수정예)	3명		15:00~15:50	누구나
		16:00~16:50					

※ 초급 : 기본자세 지도 ※ 중급 : 런닝 스트로크, 발리, 스매싱 ※ 개인 테니스 라켓 필요
※ 기상악화(우천, 눈)시 강습이 이루어지지 않을 수 있으니 유념하시고 강습 등록하시기 바랍니다.

대 관	토요일, 일요일	대관문의 : 02-350-5393
-----	----------	--------------------

□ 대체육관

프로그램	장 소	강습시간	강습요일	정 원	강습대상	강습료(월)
농 구	센터1층 대체육관	20:00 ~ 21:50	화 · 목	25명	성인(게임위주)	62,600원
		15:00 ~ 15:50	월 · 수 · 금	40명	어린이	31,500원
		16:00 ~ 16:50				
		17:00 ~ 17:50				
		15:00 ~ 15:50	화 · 목	40명		22,000원
		16:00 ~ 16:50				
		17:00 ~ 17:50				
		15:00 ~ 16:30	토	40명	어린이	어린이:23,000원
		16:30 ~ 18:00	토	40명	청소년	청소년:26,000원
배드민턴		18:00 ~ 18:50	월 · 수 · 금	25명	어린이	어린이:23,000원
		19:00 ~ 20:20			청소년이상	청소년:42,000원 성 인:57,500원
		20:30 ~ 21:50				
태보댄스		10:00 ~ 10:50	월 · 수 · 금	60명	청소년이상	청소년:45,000원 성 인:50,500원

□ 어린이 축구교실(구립축구장 공사가 끝나는 5월 오픈 예정)

프로그램	장 소	강습시간	강습요일	정 원	강습대상	강습료(월)
어린이 축구교실	은평구립 축구장	15:00 ~ 15:50	화 · 목	각반 20명	유아(6~7세)	40,000원
		16:00 ~ 16:50	화 · 목		어린이(8~10세)	
		17:00 ~ 17:50	화 · 목		어린이(11~13세)	

□ 유아스포츠단(1~2월 단원 모집 후 3월 입단 예정)

프로그램	장 소	강습대상	강습시간	강습요일	정 원	강습료(월)
유아스포츠단	유아교실 (Ⅰ,Ⅱ)	6세	09:00 ~ 14:00	월 ~ 금	각반 25명	250,000원
		7세				

구 분	방과 후 돌봄 내용						비 고
교육대상	유아스포츠단 단원 6~7세 혼합반 20명						매월 접수
교육시간	14시 ~ 17시						주 15시간 (간식시간포함)
교육비(월)	130,000원						부가세 포함
교육내용		월	화	수	목	금	1층 유아교육실
	14:00 ~ 15:00	미술	신체활동	미술	신체활동	한자	
	15:00 ~ 16:00	수한글	과학	수한글	종이접기	수한글	
	16:00 ~ 17:00	간식지도 및 educare(자유선택활동, 시청각교육 등)					

특별활동 프로그램	장 소	강습시간	강습요일	정 원	강습대상	강습료(월)
수 한 글	유아교실 (Ⅱ)	15:00 ~ 15:50	월 · 수 · 금	각반 20명	6~7세	33,000원 (교재비 별도)
창의미술		14:00 ~ 14:50	월 · 수			28,000원 (교재비 별도)
신체활동		14:00 ~ 14:50	화 · 목			15,000원 (교재비 별도)
체험과학		15:00 ~ 15:50	화			
종이접기		15:00 ~ 15:50	목			
한 자		14:00 ~ 14:50	금			

□ 생활체육(생활체육1, 2실, 생활체육문화실, 트램폴린실)

프로그램	장 소	강습시간	강습요일	정 원	강습대상	강습료(월)	
에어로빅	생 체2실	09:00 ~ 09:50	월 ~ 금	50명	청소년이상	성 인:46,000원	
		10:00 ~ 10:50				청소년:38,000원	
파워 에어로빅	생 체2실	11:00 ~ 11:50	화 · 목 · 토	40명	청소년이상	성 인:28,000원 청소년:23,000원	
태보댄스	생 체2실	11:00 ~ 11:50	월 · 수 · 금	50명	청소년이상	성 인:50,500원 청소년:45,000원	
줌바댄스	생 체2실	13:00 ~ 13:50	월 · 수	40명	성 인	성 인:38,500원	
S라인 다이어트댄스	생 체2실	20:00 ~ 20:50	월 · 수 · 금	45명	청소년이상	성 인:50,500원 청소년:45,000원	
방송댄스	생 체2실	19:00 ~ 19:50	월 · 수 · 금	40명	어린이이상	성 인:50,500원 청소년:45,000원 어린이:42,000원	
벨리댄스	생 체1실	12:00 ~ 12:50	화 · 목	40명	청소년이상	성 인:48,000원 청소년:42,000원	
벨리댄스	생 체2실	16:00 ~ 16:50	화 · 목	40명	어린이 청소년	청소년:42,000원 어린이:30,000원	
건강 라인댄스	생 체2실	12:00 ~ 12:50	월 · 수 · 금	40명	성 인	성 인:50,500원	
			화 · 목			성 인:36,500원	
세라봉댄스	생 체2실	13:00 ~ 13:50	화 · 목	40명	청소년이상	성 인:36,500원 청소년:32,500원	
라인댄스	생 체2실	19:00 ~ 19:50	화 · 목	40명	성 인	성 인:36,500원	
힐링댄스	생 체2실	20:00 ~ 20:50	화 · 목	40명	청소년이상	성 인:36,500원 청소년:32,500원	
키즈팡팡	트램 폴린실	16:00 ~ 16:50	화 · 목	25명	7 ~ 13세	39,600원	
		17:00 ~ 17:50		25명	7 ~ 13세		
점핑다이어트				21:00 ~ 21:50		25명	청소년이상
다이어트요가	생 체1실	20:00 ~ 20:50	화 · 목	50명	청소년이상	성 인:34,500원 청소년:32,500원	
		09:00 ~ 09:50	월 · 수 · 금			성 인:49,000원 청소년:45,000원	
		11:00 ~ 11:50					
요가/필라테스	생 체1실	19:00 ~ 19:50	45명	청소년이상			
필라테스	생 체1실	20:00 ~ 20:50	45명	청소년이상			
		21:00 ~ 21:50					
바른자세만들기운동	생 체1실	10:00 ~ 10:50	화 · 목 · 토	50명		청소년이상	
		11:00 ~ 11:50					
SNPE바른자세척추운동	생 체2실	17:00 ~ 17:50	월 · 수 · 금	50명		청소년이상	
힐링요가	생 체1실	09:00 ~ 09:50	화 · 목 · 토	50명	청소년이상		
핫요가	생활체육 문화실	20:00 ~ 20:50	월 · 수 · 금	20명	청소년이상	성 인:49,000원	
		21:00 ~ 21:50				청소년:45,000원	
댄스스포츠 중급A	생 체2실	21:00 ~ 21:50	월 · 수 · 금	40명	청소년이상	성 인:50,500원 청소년:45,000원	
다이어트 서킷트레이닝	생 체2실	08:00 ~ 08:50	월 ~ 금	40명	성 인	성 인:60,000원	
음악줄넘기 (추후 운영 예정)					어린이 청소년	어린이:19,000원 청소년:23,000원	

□ 노래교실

프로그램명	장 소	강습시간	강습요일	정 원	강습대상	강습료(3개월)
뱃살빼는 노래교실	생체2실	14:10 ~ 15:40	금요일	100명	성 인	30,000원

□ 피아노교실

프로그램명	장 소	강습시간	강습요일	정 원	강습대상	강습료(월)
피아노교실	센터2층 특별활동실	09:00 ~ 09:50 10:00 ~ 10:50 11:00 ~ 11:50 12:00 ~ 12:50 13:00 ~ 13:50	월 · 수 · 금	각반10명 (단체강습)	7세~성인	성 인:70,000원 청소년:65,000원
		14:00 ~ 14:50 15:00 ~ 15:50 16:00 ~ 16:50 17:00 ~ 17:50			7세~청소년	7세~13세 바이엘:50,000원 체르니:60,000원 (교재비 별도)
		18:00 ~ 18:50 19:00 ~ 19:50 19:50 ~ 20:40				
		09:00 ~ 09:50 10:00 ~ 10:50 11:00 ~ 11:50 12:00 ~ 12:50 13:00 ~ 13:50	화 · 목		7세~성인	성 인:50,000원 청소년:46,000원 7세~13세:40,000원 (교재비 별도)
		14:00 ~ 14:50 15:00 ~ 15:50 16:00 ~ 16:50 17:00 ~ 17:50			7세~청소년	
		18:00 ~ 18:50 19:00 ~ 19:50 20:00 ~ 20:50 21:00 ~ 21:50				
		09:00 ~ 09:50 10:00 ~ 10:50 11:00 ~ 11:50 12:00 ~ 12:50 13:00 ~ 13:50	토		7세~성인	성 인:39,000원 청소년:32,000원 7세~13세:26,000원 (교재비 별도)

□ 바이올린/기타교실

프로그램	장 소	강습시간	강습요일	정 원	강습대상	강습료(월)
바이올린 (입문반)	생활체육 문화실	15:00 ~ 15:50	목	10명	어린이이상	40,000원 (교재비 별도) 악기 개인준비
바이올린 (초급반)		16:00 ~ 16:50				
바이올린 (중급반)		17:00 - 17:50				
기타교실 (중급반)		18:00 ~ 18:50	화 · 목	15명		50,000원 (교재비 별도) 악기 개인준비
기타교실 (초급반)		19:00 ~ 19:50				

□ 은평다목적체육관 프로그램

프로그램	강습대상	정 원	강습시간	강습요일	강습료(월)
탁구강습	성 인 청소년 어린이 ※단체강습	각반 25명	08:00~09:50 10:00~11:50	화·목	성 인:44,000원 청소년:33,000원 어린이:22,000원
			18:00~19:50 20:00~21:50	화·목	
			08:00~09:50 10:00~11:50	월·수·금	성 인:66,000원 청소년:50,000원 어린이:33,000원
	누구나 ※소수정예	각반 10명	18:00~19:50 20:00~21:50	월·수·금	100,000원
배드민턴 강 습	성 인 청소년 어린이 ※단체강습	각반 25명 4개코트	06:00~07:50 10:00~11:50 18:00~19:50 20:00~21:50	월·수·금	성 인:77,000원 청소년:56,000원 어린이:46,000원
			18:00~19:50 20:00~21:50	화·목	성 인:52,000원 청소년:38,000원 어린이:31,000원
	누구나		09:00~11:50	화·목	성 인:77,000원 청소년:56,000원 어린이:46,000원
원정기권 (배드민턴/ 탁구 택1)	성 인 청소년 어린이	배드민턴:12명 탁구:4명 (타임별)	06:00~07:50 08:00~09:50 10:00~11:50 14:00~15:50 18:00~19:50 20:00~21:50	월~금	성 인:35,000원 청소년:28,000원 어린이:19,000원
일일입장 (배드민턴/ 탁구 택1)	성 인 청소년 어린이 (강습종목 상관없이 당월회원 30%할인)	시간대별 탄력운영	06:00~07:50 08:00~09:50 10:00~11:50 14:00~15:50 16:00~17:50 18:00~19:50 20:00~21:50 ※ 거리두기 기간에는 21시까지만 운영	월~금	성 인:3,000원 청소년:2,000원 어린이:1,500원
			12:00~13:50 14:00~15:50 16:00~17:50 18:00~19:50	토	
			10:00~11:50 13:00~14:50 15:00~16:50	일	