

2026년 3분기 평생·건강교육 접수 안내

수강신청기간

구분	수강신청	공개추첨 및 발표		수강료 수납/등록 *수강료 면제 대상자도 반드시 수강등록 해야함.	미달 프로그램 추가접수 및 수납 (선착순)
		추첨	발표		
일자	06.08.(월), 09.(화)	06.10.(수)		06.11.(목), 12.(금)	06.16.(화), 17.(수)
시간	09:00~15:00	10:00	11:00	09:00~15:00	09:00~15:00
장소	현장	로비층 라운지	3층 디자인실 홈페이지 및 복지관 확인가능	로비층 라운지	로비층 라운지
	온라인 (PC·모바일)	온라인 수강신청 홈페이지 (https://pangyonoin.e-ncom.co.kr) * 복지관 홈페이지 → 수강신청 바로가기 (복지관 사이트와 별도이며, 회원가입 필수)			내방접수만 가능

- ★ 점심시간(12시~13시)과 15시 이후에는 접수가 불가합니다.
- ★ 6.18(목)부터 미달된 과목에 대한 추가접수 및 수납은 1층 사무실에서 가능합니다.(미달된 과목 공지사항 게시)
- ★ 7.31(금) 이후 추가접수 불가능합니다.
- ★ 회원가입 이후 핸드폰 번호 변경된 회원님께서는 유선연락(031-620-2883) 또는 로비층 상담센터에 내방하여 핸드폰 번호 변경하시기 바랍니다.
- ★ 강의계획서는 복지관 및 온라인 수강신청 홈페이지 공지사항에 게시되어 있습니다.
- ★ 유선(전화)을 통한 접수는 지원되지 않습니다.

수강료 수납방법

구분	온라인(PC·모바일) 수납	현장 수납
시간	09:00 ~ 15:00	
장소	수강신청 홈페이지	로비층 라운지
방법	- 무통장입금(가상계좌이체) - 온라인 카드결제(카드) *복지관 수납계좌 소멸되어 입금이 불가능합니다.	현금, 카드 *회원증 지참

- ★ '추가 접수' 시 이미 진행된 회차(공휴일 포함)의 수강료를 차감한 금액으로 수납합니다.

환불규정안내

환불시점	환불금액	환불방법	
6. 30 까지	전액환불	1층 사무실 내방 *유선연락, 온라인 및 주말 환불불가	취소 신청서 작성 후 계좌입금 *본인명의 계좌번호 필수 *5일 이내 환불 (공휴일, 주말 미포함)
7. 1 부터	잔여회차에 대한 수강료 환불 *환불 회차 수업시간 이전에 신청 시에만 환불 신청 인정 (수업 시작 이후에 신청한 경우 해당 회차 환불 불가)		

- ★ 카드 결제 환불 시 결제 당일에만 카드로 취소 가능, 이후에는 계좌이체로 환불해 드립니다.
- ★ 주말 및 공휴일에는 취소가 불가합니다.
- ★ 취소신청서를 제출하시면 즉시 취소처리가 이루어지므로, 철회가 불가능합니다.
- ★ '환불' 시 잔여 회차(공휴일 포함)의 수강료를 환불해 드립니다.



분야	순번	프로그램명	강사명	요일	시간	수강내용 및 대상	정원	강의실	수강료
교양 교육	1	집중중국어	김미수	화	10:00~11:50	일상회화를 이용하여, 중국어의 말하기, 듣기, 문법, 읽기를 종합적으로 배우길 원하시는 분 *중국어 발음과 성조를 익히신분 대상	40	인문학당 (2층)	3개월 45,000원
	2	통통중국어	김미수	수	13:00~14:50	실생활에 유용한 상황과 표현을 활용하여 자연스러운 중국어 회화를 배우고자 하시는 분 *초급 과정을 수료하셨거나 중국어를 2년 이상 학습하신분 대상	40	상상교실 (2층)	
	3	일어초급	공영주	화	10:00~11:50	일본어에 대해서 기초부터 쉽고 재미있게 배우길 원하시는 분	30	생태교실 (2층)	
	4	점프 업 일본어	공영주	화	13:00~14:50	기초문법을 이용하여 간단한 일상회화가 가능하도록 하는 일본어 수업	40	상상교실 (2층)	
	5	일드영화반	정명인	금	10:00~11:50	일본 드라마, 영화를 통해서 실제 일본사회에서 사용되고 있는 다양한 표현을 쉽게 이해하고 습득하여 자연스럽게 생생한 일본어 구사를 하고 싶으신 분	30	생태교실 (2층)	
	6	소설로 배우는 일본어	정명인	금	13:00~14:50	문학 작품으로 일본어 문법, 어휘, 언어적인 지식을 배우려는 분	30	생태교실 (2층)	
	7	여행영어A	변현아	수	10:00~11:50	해외여행에 꼭 필요한 단어, 표현들을 익힘과 동시에 다양한 유인물 수업을 통한 영어 업그레이드 수업 *초급영어회화 가능자 대상	40	인문학당 (2층)	
	8	초급생활영어	변현아	수	13:00~14:50	일상에서 자주 쓰는 단어, 패턴, 표현 등을 익혀 생활 초급영어회화가 가능하도록 도와드리는 수업 *기초단어, 기초문장해석 가능자 대상	40	인문학당 (2층)	
	9	네이티브 생활영어	변현아	월	10:00~11:50	일상에서 자주 접하는 쉬운 네이티브 표현을 익혀 스피킹/리스닝 스킬을 한단계 높이는 수업 *초급회화 능통자로 네이티브 표현을 익히고 싶은분	40	인문학당 (2층)	
	10	여행영어B	변현아	월	13:00~14:50	해외여행에 꼭 필요한 단어, 표현들을 익힘과 동시에 다양한 유인물 수업을 통한 영어 업그레이드 수업 *초급영어회화 가능자 대상	40	인문학당 (2층)	
	11	팝송&픽처북 English	김소연	금	13:00~14:50	알파벳만 알아도 즐길 수 있는 팝송 수업과 영어 실력 상관없이 이해할 수 있는 쉬운 그림책 영어	40	인문학당 (2층)	
	12	미드스크린영어	조성원	목	13:00~14:50	영화를 감상하고 영화 대사에서 원어민이 사용하는 표현을 학습하여 실 생활 영어의 감각을 갈을 수 있는 수업 *초급영어회화 가능자	40	상상교실 (2층)	
	13	스페인어	이광현	월	10:00~11:50	스페인어 기본 표현을 익히고 스페인어의 기본 인사말 및 기본 응용 표현을 배우려는 분	40	상상교실 (2층)	
	14	프랑스어	허진	목	15:00~16:50	프랑스어 철자 읽기 및 프랑스어 기초 어법 학습, 상황별 프랑스어 표현	30	상상교실 (2층)	
	15	세계역사교실	진인숙	목	10:00~11:50	세계의 역사와 문화를 통한 세계사 여행과 시대 인물들의 이야기	40	인문학당 (2층)	
	16	한국사	진인숙	목	13:00~14:50	역사인물을 통해서 보는 역사이야기와 행적을 찾아가는 한국사	40	인문학당 (2층)	
	17	세계문화교실	이정은	화	10:00~11:50	세계의 문화에 관심있는 열린 마음을 가지신 분	40	상상교실(2층)	
	18	시감상과 시낭송반	김정희	수	13:00~14:50	시를 이해하고 내면에 시감성을 키우고자 하는 분	30	생태교실 (2층)	
	19	명리학	천승민	목	10:00~11:50	명리학에 관심이 있는 분	30	생태교실(2층)	
	20	교양한문교실	이광소	수	10:00~11:50	논어와 중국, 한국의 명시, 명문을 배우고 싶은 분	40	상상교실(2층)	
	21	생활토크영어	최지은	금	10:00~11:50	일상 생활에서 겪게 되는 여러 상황에 맞는 표현을 배우고 대화문으로 연습, 짝 활동으로 발화연습하는 회화중점 수업 *초/중급 대상	40	인문학당 (2층)	
문화 예술 교육	1	색소폰 앙상블	손 민	수	10:00~11:50	다양한 운지법 및 테크닉을 활용한 연주곡 배우기 / 악기 개별 준비 *중급과정	20	콘서트홀 (로비층)	
	2	하모니카 입문	정미선	화	15:00~16:50	하모니카의 기초과정을 배우고 싶으신 분 / 악기 개별 준비 *초급과정	20	콘서트홀 (로비층)	
	3	하모니카	정미선	월	13:00~14:50	자리배열과 다양한 주법 익히기, 가요 연주 / 악기 개별 준비 *중급과정	25	음악실 (2층)	
	4	오카리나	유명자	목	13:00~14:50	기본 운지법 연습 및 다양한 연주곡 익히기 / 악기 개별준비 (악기 및 교재는 강사에게 구입 가능) *오카리나 기초 이상 활용자 어르신 대상	25	음악실 (2층)	
	5	오카리나 아카데미	유명자	금	10:00~11:50	다양한 연주곡 익히기 / 악기 개별 준비 (트리플오카리나 사용, 악기 및 교재는 강사에게 구입 가능) *중급과정	25	음악실 (2층)	
	6	팬플루트	유명자	목	10:00~11:50	기본 운지법 연습 및 다양한 연주곡 익히기 / 악기 개별 준비 (팬플루트 22관 사용, 악기 및 교재는 강사에게 구입가능) *초/중급 과정	25	음악실 (2층)	
	7	가곡	이상순	월	13:00~14:50	올바른 호흡법과 발성을 익히며, 다양한 가곡 불러보기	70	콘서트홀 (로비층)	
	8	합창반	한경희	수	14:00~15:50	다양한 장르의 음악으로 혼성 합창에 관심 있으신 분	50	콘서트홀 (로비층)	
	9	정인철의 노래교실	정인철	수	10:00~11:50	대중가요 및 유행가요를 배우고 싶으신 분	100	강당(3층)	
	10	최선의 노래교실	최 선	월	10:00~11:50	대중가요 및 유행가요를 배우고 싶으신 분	100	강당(3층)	
	11	민요 · 장단장구	윤상이	금	13:00~14:50	민요에 관심이 많고, 우리의 소리를 배우고자 하는 분	20	콘서트홀 (로비층)	

분야	순번	프로그램명	강사명	요일	시간	수강내용 및 대상	정원	강의실	수강료
문화 예술 교육	12	피아노 포르테	한경희	목	15:00~16:50	게이름을 익히며 기초 연주해보기 *초급과정	20	콘서트홀 (로비층)	3개월 45,000원
	13	피아노	한경희	목	13:00~14:50	음계 화음을 배우며 다양한 곡 연주해보기 *초/중급 과정	20	콘서트홀 (로비층)	
	14	피아노 아카데미	노현정	목	10:00~11:50	연주 코드를 익히며 가곡·팝송곡 배우고 연주해보기 *중급과정	20	콘서트홀 (로비층)	
	15	난타	김희자	목	15:00~16:50	난타를 기초과정부터 배우고자 하는 분 *초/중급 과정	25	강당(3층)	
	16	드럼 입문	권진원	월	10:00~11:50	드럼을 처음 접하시는 분 *초급과정	20	콘서트홀 (로비층)	
	17	드럼	권진원	화	10:00~11:50	드럼을 배우고 있으나, 기본기가 부족하신 분 *중급과정	17	콘서트홀 (로비층)	
	18	드럼 아카데미	권진원	화	13:00~14:50	드럼반(중급과정)을 수료하신 분 혹은 드럼 심화과정을 배우고 싶으신 분 *심화과정	17	콘서트홀 (로비층)	
	19	바이올린	고은진	월	10:00~11:50	바이올린을 기초부터 쉽고 재미있게 배우길 원하시는 분 *초급과정	15	음악실 (2층)	
	20	우쿨렐레	유해인	수	10:00~11:50	우쿨렐레 중급과정을 배우고 싶으신 분 *중급과정	25	음악실(2층)	
	21	클래식기타	박종대	화	10:00~11:50	클래식기타 연주 및 연주곡 배우기 *초/중급과정	20	음악실(2층)	
	22	포크기타	정동일	수	15:00~16:50	포크기타 중급과정을 배우고 싶으신 분 *중급과정	20	음악실(2층)	
	23	실버발레	윤여진	화	13:00~14:50	발레수업에 흥미와 관심이 있으신 분(초보자 가능)	22	무용실 (로비층)	
	24	발레핏	윤여진	월,수	10:00~10:50	발레의 우아함과 피트니스를 접목해 바른 자세와 유연성을 향상하고 싶으신 분(초보자 가능)	22	무용실 (로비층)	
	25	서양화입문	지혜자	월	10:00~11:50	서양화의 이해를 위한 기초학습부터 심층학습	17	미술실(2층)	
	26	드로잉	지혜자	목	10:00~11:50	연필을 이용한 드로잉 기초 수업(초보자 가능)	17	미술실(2층)	
	27	수채화	지혜자	목	13:00~14:50	수채화의 기본실습 및 풍경화 그리기	17	미술실(2층)	
	28	캐리커처	윤정	화	13:00~14:50	얼굴 특징을 살린 개성 넘치는 그림그리기(초보자 가능)	20	미술실(2층)	
	29	펜스케치	윤정	화	15:00~16:50	펜을 활용한 스케치 방법 익히기	20	미술실(2층)	
	30	보테니컬색연필	윤정	금	10:00~11:50	색연필을 이용한 그림그리기	20	미술실(2층)	
	31	보테니컬 아트	윤정	금	13:00~14:50	색연필을 활용하여 식물의 특징을 예술적으로 표현하는 활동	20	미술실(2층)	
	32	산수화	이숙형	목	13:00~14:50	먹, 동양화 물감등을 활용하여 하경, 바위, 산, 소나무 표현하기	20	서예실(2층)	
	33	사군자	이숙형	목	15:00~16:50	매난국죽 그리기	20	서예실(2층)	
	34	한문서법교실	신정순	수	10:00~11:50	한문서법과 한문 기초 익히기	20	서예실(2층)	
	35	한문서예작품반	신정순	수	13:00~14:50	각 서체를 기초에서 다양한 작품구상하기	20	서예실(2층)	
	36	한문서예	신정순	금	10:00~11:50	한문기초에서 작품까지(5체)	20	서예실(2층)	
	37	캘리그래피	황금희	화	10:00~11:50	먹글씨를 기본으로 한글 창작붓글씨체 만들기	20	서예실(2층)	
	38	손글씨반	황금희	수	15:00~16:50	생활 속에서 쓸 수 있는 자기만의 감성글씨체 만들기	20	서예실(2층)	
	39	한글서예	이옥조	월	10:00~11:50	오우가를 이용해 판본체, 고전궁체, 판각체 기본자와 문장쓰기	20	서예실(2층)	
취미 교육	1	바리스타반	이선영	월	10:00~11:50	에스프레소 머신 사용법, 커피음료 제조법 배우기 *준비물 비용 10만원 / *자격증 발급 없음	12	요리교실 (3층)	3개월 60,000원
	2	라떼아트반	이선영	수	10:00~11:50	에스프레소 머신으로 하트, 톨립, 로제타 등의 라떼아트 그리기 *준비물 비용 10만원 / *자격증 발급 없음	12	요리교실 (3층)	
	3	바둑교실	장부상	월	10:00~11:50	바둑 실전에 적용할수 있는 방법 찾기 AI(인공지능)을 활용한 바둑교실	30	생태교실 (2층)	
	4	하와이홀라댄스	김나연	금	14:00~15:50	알로하! 몸과 마음을 치유하는 힐링 댄스 하와이 홀라 함께해요	25	몸짓교실 (2층)	3개월 45,000원
	5	댄스스포츠 (룸바)	박명숙	금	15:00~16:50	댄스스포츠의 종류 중 룸바 기본스텝과 연결동작을 배우고 싶은 분	50	강당 (3층)	
	6	댄스스포츠 (왈츠)	서경호	수	13:00~14:50	댄스스포츠의 종류 중 왈츠 기본스텝과 연결동작을 배우고 싶은 분 *중급과정	40	강당 (3층)	
	7	라인댄스	강정숙	화	14:00~15:50	남, 녀 회원 누구나 가능한 리듬, 박자의 반복학습으로 라인을 형성하는 댄스배우기 *초급과정	50	강당 (3층)	
	8	라인댄스 아카데미	강정숙	목	13:00~14:50	초급과 중급 사이의 난이도로 다양한 라인댄스를 즐기고 싶은 분 *중급과정	20	무용실 (로비층)	

분야	순번	프로그램명	강사명	요일	시간	수강내용 및 대상	정원	강의실	수강료
취미 교육	9	라인댄스 스텔라	서은숙	수,금	09:00~09:50	라인댄스 기본스텝을 익혔으며 다음 단계를 배우고 싶은 분 *중급과정	20	무용실 (로비층)	3개월 45,000원
	10	지터벅	윤주미	금	13:00~14:50	사교댄스를 처음 시작하는 단계에서 배우는 기본 동작과 매너, 기본이 되는 스텝을 익히는 과정 *초급과정	60	강당(3층)	
	11	지터벅아카데미	윤주미	금	10:00~11:50	높은 난이도의 건강사교댄스를 배우고 싶은 분(대회 참가를 목표로 하시는 분) *중급과정	60	강당(3층)	
	12	차밍댄스	박제인	월	13:00~14:50	경쾌한 음악에 맞추어 기본 스텝과 리듬감 익히기	20	무용실 (로비층)	
	13	쑈바댄스	이정미	화, 목	11:00~11:50	신나는 음악에 맞추어 근력을 키울수 있는 건강증진 댄스	50	강당(3층)	
	14	탁구클럽	전선의	월	10:00~11:50	탁구의 기초를 배워 게임에 활용하고 싶은 분 *초급과정	15	탁구장(3층)	
	15	핑퐁클럽	전선의	월	13:00~14:50	탁구의 다양한 기술을 배워 게임에 활용하고 싶으신 분 *중급과정	15	탁구장(3층)	
	16	핑퐁교실	전선의	월	15:00~16:50	즐거워 탁구 기초 기본기 배우기 *초급과정	15	탁구장(3층)	
	17	탁구교실	김 정	화	10:00~11:50	탁구의 기초와 기술을 배우고 싶은 분 *초급과정	15	탁구장(3층)	
	18	핑퐁아카데미	전선의	화	13:00~14:50	탁구시합 & 게임 기술에 관심 있으신분 (혹은 대회참가를 목표로 하시는 분) *중급과정	15	탁구장(3층)	
	19	탁구아카데미	유의선	화	15:00~16:50	기본기 다지고 실전기술 배우기 *중급과정	15	탁구장(3층)	
	20	당구 아카데미	김삼홍	월	10:00~11:50	이론과 실기를 통해 4구 당구의 실력향상을 원하는 분 *초급과정	15	탁구장(3층)	
	21	3쿠션 아카데미	신현상	월	13:00~14:50	이론과 실기를 통해 3쿠션의 실력향상을 원하는 분 *중급과정	15	당구장(3층)	
	22	당구클럽	신현상	월	15:00~16:50	이론과 실기를 통해 4구 당구의 실력향상을 원하는 분 *초급과정	15	당구장(3층)	
	23	당구교실	최락군	화	10:00~11:50	당구의 기본기를 배우고 싶은 분 *초급과정	15	당구장(3층)	
	24	3쿠션	최락군	화	13:00~14:50	당구의 기본기를 갖추어 3쿠션을 배우고 싶은 분 *중급과정	15	당구장(3층)	
	25	당구 입문	양순이	화	15:00~16:50	당구의 기초기술을 배워 기본기를 완성시키고 싶은 분 *초급과정	15	당구장(3층)	
정보화 교육	1	메타버스입문	성은희	월	10:00~11:50	가상세계에서 아바타로 소통하고 활동하는 디지털 공간 교육	24	멀티미디어실 (2층)	
	2	PC동영상편집	성은희	월	13:00~14:50	쉽고 재미있는 영상편집! 나만의 영상 제작 교육	24	멀티미디어실 (2층)	
	3	컴퓨터	정유근	화	10:00~11:50	컴맹탈출!! 컴퓨터 가장 기초부터 생활속 활용까지 누구나 쉽고 간단하게 사용 가능	24	멀티미디어실 (2층)	
	4	AI 동영상 제작반	정유근	화	13:00~14:50	스마트폰과 급변하는 AI시대의 미디어 마술 AI를 활용한 다양한 미디어 생성 방법과 동영상 제작 수업	30	생태교실 (2층)	
	5	PC&스마트폰	성은희	화	13:00~14:50	PC와 스마트폰을 스마트하게 활용하는 필수 기초 강의 *아이폰 제외	24	멀티미디어실 (2층)	
	6	유튜브숏츠 드라마반	정유근	화	15:00~16:50	나도 유튜브버다! AI로 쉽게 제작하는 짧은 영상으로 나만의 채널 유튜브 제작자 되기	24	멀티미디어실 (2층)	
	7	생활 속 문서 마스터	성은희	수	10:00~11:50	일상에 꼭 필요한 문서를 손쉽게 배우는 시간, 한글부터 PDF, 파워포인트까지!	24	멀티미디어실 (2층)	
	8	똑똑한 엑셀 기록법	성은희	수	13:00~14:50	누가 얼마나 냈는지 찾아라 고생하셨죠? 경조사비와 주소록 관리하기 이제 엑셀로 1초 만에 찾으세요!	24	멀티미디어실 (2층)	
	9	AI 생활 활용반	정유근	목	10:00~11:50	스마트폰에 숨어있는 AI기능을 속속들이 찾아드려요! 일상 생활 속 AI활용의 시작	24	멀티미디어실 (2층)	
	10	스마트폰카메라 촬영반	정유근	목	13:00~14:50	스마트폰으로 나도 사진 작가처럼, 간단한 노하우로 사진 촬영 편집, 가족 동영상 멋지게 찍기	30	생태교실 (2층)	
	11	구글스마트워크	성은희	목	13:00~14:50	개인 사용자를 위한 다양한 구글 서비스 활용 강의 *컴퓨터 기초 이상 어르신 대상 *아이폰 제외	24	멀티미디어실 (2층)	
	12	스마트폰입문	성은희	금	10:00~11:50	스마트폰 기본 사용법부터 필수 기능까지 *아이폰 제외 *초급과정	40	상상교실 (2층)	
	13	스마트폰앱활용	성은희	금	13:00~14:50	유용한 스마트폰 앱을 배워 생활을 더욱 편리하게 만드는 교육 *스마트폰 기초 이상 어르신 대상 *아이폰 제외	40	상상교실 (2층)	
	14	생성형 AI 입문 A	황은경	금	10:00~11:50	생성형 AI의 기초 *PC를 사용하는 수업이므로 컴퓨터의 전반적인 사용법을 알고있고, 한글이나 워드 사용 가능한자	24	멀티미디어실 (2층)	
	15	생성형 AI 입문 B	황은경	금	13:00~14:50	*첫 시간에 구글 아이디와 비밀번호 숙지	24	멀티미디어실 (2층)	

분야	순번	프로그램명	강사명	요일	시간	수강내용 및 대상	정원	강의실	수강료
정보화 교육	16	생성형 AI 활용	황은경	금	15:00~16:50	생성형 AI 중급과정 *생성형AI 입문 1분기이상 기 수강, 컴퓨터 사용 중급이상 *중급과정	24	멀티미디어실 (2층)	
	17	★New AI길라잡이	전문강사	목	15:00~16:50	생활 속에 접근하기 편한 AI 길잡이 프로그램! 내 결의 똑똑한 AI 비서와 함께 일상을 쉽고 편리하게 활용하기	30	생태교실 (2층)	
건강 교육	1	근력요가	이숙경	월,수	15:00~15:50	노령화로 인한 근력 저하와 불균형을 개선하고 신체의 유연성과 근력 증진 *개인매트 지참(선택)	22	몸짓교실 (2층)	3개월 45,000원
	2	균형요가	배진아	월,수	13:00~13:50	신체자각을 통해 근력과 유연성의 균형을 맞추고 몸과 마음의 통합을 목적으로 하는 요가 *개인매트 지참(선택)	22	몸짓교실 (2층)	
	3	힐링스트레칭	배진아	월,수	14:00~14:50	부드럽고 이완된 움직임에서 신체회복탄력성을 높이고 굳은 근육과 관절을 풀어주는 치유적인 소마스트레칭 *개인매트 지참(선택)	22	몸짓교실 (2층)	
	4	청춘체조A	이혜연	화,목	13:00~13:50	6070 어르신 대상으로 활기찬 음악과 함께하는 전신 유산소 및 근력운동	50	강당(3층)	
	5	건강체조	김용은	화,목	10:00~10:50	7080 어르신 대상으로 음악과 함께 관절에 무리없는 건강 신체리듬 운동	50	강당(3층)	
	6	힐링요가	양혜정	화,목	10:00~10:50	바른 호흡, 자세 정렬개선, 체간(코어or속근)안정화 *개인매트 지참(선택)	22	몸짓교실 (2층)	
	7	뇌튼튼체조A	이혜연	화,목	11:00~11:50	인지기능 및 신체기능을 향상시켜 치매 예방하기	25	무용실(로비층)	3개월 22,500원
	8	파워요가	이숙경	화,목	14:00~14:50	유연성과 근력을 강화하여 내재역량을 키우고 활력 넘치는 신체를 만든다 *개인매트 지참(선택)	22	몸짓교실 (2층)	
	9	필라테스요가	이숙경	화,목	15:00~15:50	신체의 균형과 근력 강화를 위한 다양한 동작으로 강하고 유연한 몸 만들기 *개인매트 지참(선택)	22	몸짓교실 (2층)	
	10	소도구 매트필라테스	윤여진	화,목	11:00~11:50	코어근육은 물론 일상생활에서 필요한 근육 강화를 통해 삶의 질을 향상시키는 운동 *개인매트 지참(선택)	22	몸짓교실 (2층)	
	11	명상요가	노희순	수,금	10:00~10:50	하타요가의 기본 동작으로 몸의 건강을 되찾고, 호흡과 명상으로 기혈과 마음을 다스림 *개인매트 지참(선택)	22	몸짓교실 (2층)	
	12	남성요가	노희순	수,금	11:00~11:50	경직되고 균형 잃은 체형을 바로잡아주는 요가 동작과 마음 근육을 튼튼하게 단련시키는 호흡 및 명상 수련 *개인매트 지참(선택)	22	몸짓교실 (2층)	
	13	해피워킹	김용은	목	14:00~14:50	음악과 함께 신나게 걸으며 유산소 운동과 근력 운동 하기	50	강당 (3층)	3개월 288,000원 ※감면혜택 적용 불가
	14	기구필라테스 A	김웅태	수,금	10:00~10:50	소그룹 레슨을 통해 균형잡힌 신체 발란스 향상에 도움 이 되는 운동 *개강 첫 날, OT를 통해 '반 변경' 및 '환불'이 발생될 수 있습니다.	5	치료	
	15	기구필라테스 B	김웅태	수,금	11:00~11:50		5	필라테스실 (1층)	
	16	기구필라테스 C	김웅태	수,금	13:00~13:50		5	무용실 (로비층)	
	17	기구필라테스 D	김웅태	화,목	10:00~10:50		5	무용실 (로비층)	
	18	왕초보 기구필라테스	김웅태	화,목	11:00~11:50		5	치료필라테스실 (1층)	
	19	뇌튼튼체조B	이혜연	월	13:00~13:50	인지기능 및 신체기능을 향상시켜 치매 예방하기	50	강당(3층)	3개월 22,500원
	20	청춘체조B	이혜연	월	14:00~15:50	6070 어르신 대상으로 활기찬 음악과 함께하는 전신 유산소 및 근력운동	50	강당(3층)	3개월 45,000원
	21	틈새체조	김용은	화,목	15:00~15:50	일상 생활속에서 언제 어디서나 의자하나만으로 근육의 긴장감을 풀어주며 근육을 틈틈이 강화시켜줄수있는 운동 *개인 실내화 지참	25	무용실 (로비층)	
	22	체어요가	배진아	월,수	11:00~11:50	일상생활속에서 쉽게 접할 수 있는 의자와 도구를 이용해 안전하게 관절과 근육을 이완하는 요가프로그램 *개인 실내화 지참	20	무용실 (로비층)	
	23	★New 소마요가	전문강사	월	10:00~11:50	호흡과 감각 인식, 부드러운 움직임으로 긴장된 신경계를 이완하고 틀어진 자세교정하는 요가프로그램 *개인 실내화 지참	22	몸짓교실 (2층)	
자율 프로그램	1	자율탁구 (1조~10조)	-	수~금 10:00~16:50 토 10:00~11:50		원하는 요일과 시간을 선택, 1인당 신청 개수 제한 없음 / 정원 미달 시 추가접수도 신청 개수에 제한 없음	20	탁구/탁구장 (3층)	3개월 6,000원
	2	자율당구 (1조~10조)	-			원하는 요일과 시간을 선택, 1인당 신청 개수 제한 없음 / 정원 미달 시 추가접수도 신청 개수에 제한 없음	12		
	3	자율포켓 (1조~10조)	-			원하는 요일과 시간을 선택, 1인당 신청 개수 제한 없음 / 정원 미달 시 추가접수도 신청 개수에 제한 없음	4		
	4	3층사물함	-	-	-	3층 사물함 접수 *기준 사물함 번호 이어서 사용 불가능, 수납 완료한 이용자 대상으로 사물함 번호 추천하여 부여함.	76	-	
	5	자율골프 (오후/정액제) (1조~5조)	-	월~금 13:00~16:50		각 조는 8명으로 구성되며, 4인 2팀으로 나누어 스크린골프 18홀 라운드를 진행하는 프로그램입니다. *개인 실내 운동화 지참 모든 종류의 골프클럽(드라이브, 우드, 아이언, 퍼터 등)을 사용할 수 있으며, 스크린골프 18홀 라운드를 1시간 이내에 가능한 분을 대상으로 합니다.	8	스크린골프장 (1층)	
사회 체육	1	수영장	별도 접수 진행 (수영장 안내 데스크)	월~금 09:00~17:00 (12:00~13:00 휴장) 토 09:00~13:00		수영교실(6강좌), 아쿠아로빅(6강좌), 자율수영 등 수중에서 지구력, 근력, 유연성 등을 향상시키는 운동 (*담당자와 건강상담 후 현장접수)	각 50	수영장 (로비층)	주 2회 24,000원 주 3회 36,000원
	2	체력단련실				런닝머신 및 자전거(20대)를 이용한 유산소 운동과 웨이트머신(22종)을 이용한 근력을 향상시키는 운동 (*담당자와 건강상담 후 현장접수)	180	체력단련실 (1층)	1개월 25,000원

3분기(7월~9월) 프로그램실 시간표 안내

		3층				2층		
요일	시간	강당	당구장	탁구장	요리교실	상상교실	인문학당	생태교실
월	10:00~10:50	최선의 노래교실 (100명)	당구 아카데미 (15명)	탁구클럽 (15명)	바리스타반 (12명)	스페인어 (40명)	네이티브 생활영어 (40명)	바둑교실 (30명)
	11:00~11:50							
	13:00~13:50	뇌튼체조B (50명)	3쿠션 아카데미 (15명)	핑퐁클럽 (15명)	판교청춘오케스트라 파트연습 (12:00~14:50)	판교청춘오케스트라 파트연습 (12:00~14:50)	여행영어B (40명)	판교청춘오케스트라 파트연습 (12:00~14:50)
	14:00~14:50	청춘체조B (50명)						
	15:00~15:50	판교청춘 오케스트라	당구클럽 (15명)	핑퐁교실 (15명)				
	16:00~16:50				프로그램실 환경 정비			
화	10:00~10:50	건강체조(50명)	당구교실 (15명)	탁구교실 (15명)		세계문화교실 (40명)	집중중국어 (40명)	일어초급 (30명)
	11:00~11:50	줄바댄스(50명)						
	13:00~13:50	청춘체조A(50명)	3쿠션 (15명)	핑퐁아카데미 (15명)		점프업 일본어 (40명)	프로그램실 환경 정비	시동영상 제작반 (30명)
	14:00~14:50	라인댄스 (50명)						
	15:00~15:50	프로그램실 환경 정비	당구입문 (15명)	탁구아카데미 (15명)				
	16:00~16:50							
수	09:00~09:50		프로그램실 환경 정비		라떼아트반 (12명)	교양한문교실 (40명)	여행영어A (40명)	
	10:00~10:50	정인철의 노래교실 (100명)	자율당구, 포켓 1조	자율탁구 1조				
	11:00~11:50							
	13:00~13:50	댄스스포츠 왈츠 (40명)	자율당구, 포켓 2조	자율탁구 2조		통통중국어 (40명)	초급생활영어 (40명)	시각상과 시낭송반 (30명)
	14:00~14:50							
	15:00~15:50	동아리 활동	자율당구, 포켓 3조	자율탁구 3조				
	16:00~16:50							
목	09:00~09:50		프로그램실 환경 정비					
	10:00~10:50	건강체조(50명)	자율당구, 포켓 4조	자율탁구 4조		신입회원교육	세계역사교실 (40명)	명리학 (30명)
	11:00~11:50	줄바댄스(50명)						
	13:00~13:50	청춘체조A(50명)	자율당구, 포켓 5조	자율탁구 5조		미드스크린영어 (40명)	한국사 (40명)	스마트폰 카메라 촬영반 (30명)
	14:00~14:50	해피워킹(50명)						
	15:00~15:50	난타 (25명)	자율당구, 포켓 6조	자율탁구 6조		프랑스어 (30명)		★New AI 길라잡이 (30명)
	16:00~16:50							
금	09:00~09:50		프로그램실 환경 정비					
	10:00~10:50	지터백 아카데미 (60명)	자율당구, 포켓 7조	자율탁구 7조		스마트폰입문 (40명)	생활토크영어 (40명)	일드영화반 (30명)
	11:00~11:50							
	13:00~13:50	지터백 (60명)	자율당구, 포켓 8조	자율탁구 8조		스마트폰애플용 (40명)	팝송&픽처북 English (40명)	소설로 배우는 일본어(30명)
	14:00~14:50							
	15:00~15:50	댄스스포츠 룸바 (50명)	자율당구, 포켓 9조	자율탁구 9조			그림 읽어주는 도슨트	
	16:00~16:50							
토	09:00~09:50	동아리 활동 (09:00~10:30)	자율당구, 포켓 10조	자율탁구 10조				
	10:00~10:50							
	11:00~11:50	동아리 활동 (10:30~12:00)						
	12:00~13:30		동아리 활동	동아리 활동				

신청 규정

- 개강일 이후 추가접수/수납 시 수강료 계산방식은 지난 회차에 대한 수강료를 제외하고 수납하는 방식입니다.
예) 월/수 주 2회 수업을 화요일 수납 시 1회차 수강료를 제외하고 납부하여야 합니다.
- 추천결과 및 대기자 번호는 개별 통보하지 않습니다. (본인확인필수)
- 기구필라테스·골프분야의 경우 수업 과정별(단계별or과목별) 1가지만 신청가능합니다.
- 수납기한 내 미납부시 자동취소됩니다.
- 수강료 면제 및 감면 안내
 - 국민기초생활수급자·차상위계층: 100%감면/국가유공자·장애 정도가 심한 장애인: 50% 감면
 - 국민기초생활수급자·차상위계층: 1인 4과목까지 신청 가능(4과목 이상 신청 시 신청취소처리 될 수 있음)
 - 면제·감면 대상자의 경우에도 접수기간 중 신청/수납 필수(기간내 미신청/미수납시 수강자격 자동 취소)
- 접수율 기준 전체 정원의 70%미만 시 폐강 될 수 있습니다.
- 강의요일과 동일한 시간대 프로그램은 중복신청이 불가능합니다.
- 접수 시점 회원 구분에 따라 수강료 수납해야 하며, 추후 감면 대상자로 변경되더라도 수강료 할인이 불가능합니다.

운영 규정

- 타인 명의로 대리 신청 및 대리 수강과 무단 청강은 불가/회원, 부부간 수강양도 및 매매불가 합니다.
(적발 시, 즉시 수강 취소 및 본인과 양도한 회원 모두 다음 분기 접수 제한됩니다.)
- 각 프로그램 별 대기자의 경우 대기 순번대로 등록안내가 이루어집니다.
- 출석체크는 수업 10분 전부터, 회원증 단말기 체크를 통해 가능합니다.
- 교재비 및 재료비는 본인 부담입니다. (교재 홈페이지 참고)
- 수업은 12주로 진행됩니다.
- 국가공휴일 및 국가 재난 상황(폭설,태풍 등)으로 인한 복지관 휴관시 발생하는 휴강은 보강하지 않으며, 복지관 특별 행사 및 강사 개인사정으로 발생하는 휴강은 보강일정을 안내드립니다.
- 강의 일정 및 내용은 변경될 수 있습니다.
- 3층 사물함 열쇠 분실 시 재발급 비용은 3,000원입니다. 열쇠 미지참 시 분실과 동일하게 비용 받으며, 추후 기존 열쇠 반납 시 2,000원 환불 가능합니다.

온라인 수강신청 방법

- 온라인 수강신청은 별도로 수강신청 홈페이지에 회원가입을 해야 합니다. (복지관 홈페이지 아이디로 신청 불가)
- 자세한 온라인 수강 신청방법은 복지관 유튜브에 게시되어 있으니 확인 부탁드립니다.(아래 QR참고)
- 온라인 수강신청 홈페이지 (<https://pangyonoin.e-ncom.co.kr>)
- 온라인 수강신청 QR

온라인 수강신청 회원가입 안내 QR



온라인 수강신청 안내 QR



온라인 수강료 결제 안내 QR



문의

판교노인종합복지관 031-620-2810

주소 : 성남시 분당구 판교역로99(백현동)

홈페이지 : <http://www.pangyonoin.or.kr>