

서대문문화체육회관

체육

프로그램 안내

2026년 적용나이

22년생 - 5세	19년생 - 초1	13년생 - 중1
21년생 - 6세	18년생 - 초2	12년생 - 중2
20년생 - 7세	17년생 - 초3	11년생 - 중3
	16년생 - 초4	
	15년생 - 초5	
	14년생 - 초6	

※ 연령 기준은 매년 1월 기준으로 적용

운영시간

- 서대문구민 기존회원: **매월 15~21일**까지 방문 및 온라인 접수
 - 서대문구민 신규회원: **매월 23~27일**까지 방문 및 온라인 선착순 접수
 - 일반(구민/타구민) 회원: **매월 29~말일**까지 방문 및 온라인 선착순 접수
(접수 첫째날 09시부터 가능, 안내데스크 운영시간: 평일 07:00~19:00, 토요일 07:30~16:30)
- ※ 접수일정은 주말 및 공휴일로 인하여 변경될 수 있음. 자세한 일정은 공지사항을 참고
- ※ 안내데스크: 02-360-8681~3

안내사항

- 프로그램 이용 기간은 매월 1일부터말일까지입니다.
(헬스는 상시접수, 잔여인원이 있는 강좌에 한하여 5일까지 추가 접수가능)
- 모든 프로그램은 정원미달 시 합반 또는 폐강될 수 있습니다.
- 각 프로그램은 25분 전, 종료 후 20분까지 탈의실 입장이 가능합니다.
- 할인적용이 웹에서 안될 경우 관련 서류 준비 후 안내데스크 방문 접수
- 사물함 대여(강좌 이용 시 사물함 이용 가능)

구분	대여료 (1개월)	보증금 (사용 종료시 환불)	비고
일반	2,000원	10,000원	2개월 이상 연체 시 사용 종료로 간주하여 보증금은 귀속, 개인물품은 1개월 보관 후 폐기
가족	4,000원		
골프	8,000원	20,000원	

환불안내

- 개강일 이전: 전액 환불(무통장 입금, 카드 취소)
- 개강일 이후: [환불 신청일까지 이용료+결제금액의 10% 위약금] 공제 후 환불
(개강일 포함) (무통장 입금), 패키지 할인분 제외 후 환불 진행
- 온라인환불신청: 홈페이지 내 '마이페이지' > '수강이력현황 상세보기'에서 환불 신청

연기신청

- 장기 여행 및 출장 시: 증빙 서류 첨부
- 질병으로 인한 연기 시: 진료 확인서 또는 병원 진료 내역서 첨부
※ 강좌 당 연 2회에 한하며, 1회 신청 시 한달 연기 가능 (2회 연속 연기 불가, 중도수강 불가)

주차장
이용안내

- 프로그램 이용시간에서 1시간 추가 무료 주차, 헬스 이용회원은 3시간 무료 주차
- 요금: **최초 30분 무료**, 추가 5분당 500원, 1일 최대징수금액 2만원

할인율	대상
80%	장애인, 국가유공자, 고엽제후유증 환자
50%	하이브리드, 저공해, 경차, 다둥이

수강료
할인안내

- ※ 할인적용은 할인요율이 높은 순으로 적용되며 중복적용 불가
- ※ 자세한 사항은 서대문문화체육회관 홈페이지 참조

할인율	대상	비고
50%	만 65세 이상(개강월 기준, 서대문구 거주자), 장애인, 국가유공자 및 유족, 독립/참전유공자, 고엽제후유의증 등 환자지원, 국군포로, 국민기초생활수급자, 3자녀 이상인 다둥이 행복카드 소지자(서대문구 거주자) 등	행정감면 확인 후 할인 적용
30%	2자녀인 다둥이 행복카드 소지자(서대문구 거주자), 자원봉사자증 소지자(서대문관내 회원증, 2년 기한 내)	
10%	여성 보건 할인(수영만 해당), 6개월 장기등록	
5%	3개월 장기등록	

서대문문화체육회관 체육프로그램

수강신청 >>



수영 강습 교육 대상	수영 강습 교육 내용
초급: 수영을 처음 시작하거나 기초 영법 습득이 필요한 분 중급: 기초 4개 영법 구사가 가능하며 자세 교정이 필요한 분 상급: 4개 영법(접영,배영,평영,자유형)을 쉬지 않고 연속으로 수행 가능한 분	초급: 발차기, 호흡, 자유형, 배영, 평영, 접영 기초 중급: 오리발 활용 수업&전체적인 영법 교정 상급: IM(접영,배영,평영,자유형) 연속 수영&고강도 트레이닝

※ 수영강습은 수준에 맞는 반으로 등록해 주시기 바라며, 미준수 시 환불 조치 될 수 있습니다.
단 수강생의 학습권 보호와 원활한 강습 진행을 위해 협조하여 주시기 바랍니다.

프로그램		대상	구분	강습요일	강습시간	정원	수강료(원)	비 고
수영	어린이수영	초등학생	초급 (기초~배영) 중급 (평영~접영) 상급 (마스터즈/오리발)	월수금	16:00~16:50 17:00~17:50	15명	40,000	* 수강 수준(초급·중급·상급)에 적합하지 않은 강좌 수강 시 환불 조치될 수 있습니다.
				화목			30,000	
	어린이 소그룹 수영	초등학생	1:5 수업	월수금	16:00~16:50 17:00~17:50	5명	180,000	* 소수정원 수업으로 연기 불가
				화목	16:00~16:50 17:00~17:50 18:00~18:50		120,000	
				토	09:00~09:50 10:00~10:50 11:00~11:50		78,000	
	유아 소그룹 수영	유아 (6~7세)	1:4 수업	월수	16:00~16:40 17:00~17:40	4명	160,000	* 소수정원 수업으로 연기 불가
				토	09:00~09:40 10:00~10:40 11:00~11:40		85,000	
	아쿠아로빅	성인	-	월수금	12:00~12:50 13:00~13:50 14:00~14:50	80명	55,000	* 고령자 및 유병자(요실금, 변 실금, 고혈압 등)는 이용이 제한될 수 있음
				화목			44,000	
				토			22,500	
	아쿠아 밸런스워킹	성인	-	월수금	18:00~18:50	25명	55,000	* 특화 프로그램으로 할인 불가
	자유수영	성인 청소년	월 단위	월수금	08:00~08:50 15:00~15:50	95명	성인 38,000 청소년 27,000	
				화목			성인 25,000 청소년 18,000	
				월수금	18:00~18:50	45명	성인 38,000 청소년 27,000	
		성인 청소년 초등학생 유아(5~7세)	1일 자유수영	토	08:00~08:50	95명	성인 4,500 청소년 3,200 유아/초등 2,200	* 일 단위 입장은 시간대별 20분 전 발권 가능하며, 발권 후 인 포에서 입장팔찌 수령 후 입장 * 유아 입장 시 부모 동반 必 * 수영장비 사용 불가 (튜브, kick판, 오리발, 스노쿨) * 유아는 구멍조끼만 가능
09:00~09:50					45명			
10:00~10:50								
11:00~11:50								
15:00~15:50					95명			
16:00~16:50								
수영강습	성인 청소년	초급(기초~접영) 중급(교정~오리발) 상급(마스터즈)	월수금	06:00~06:50 07:00~07:50 09:00~09:50 10:00~10:50 11:00~11:50	초급25명 중급30명 상급45명	성인 41,000 청소년 31,000	* 수강 수준(초급·중급·상급)에 적합하지 않은 강좌 수강 시 환불 조치될 수 있습니다.	
			화목	19:00~19:50 20:00~20:50		성인 26,000 청소년 20,000		
	성인	상급(마스터즈)	토	06:00~07:50	40명	100,000	* IM(접·배·평·자) 테스트 후 4개조 편성 * 특화 프로그램으로 할인 및 환불 불가	

	프로그램	대상	구분	강습요일	강습시간	정원	수강료(원)	비 고
피 트 니 스	기구필라테스	성인	-	월수금	07:00~07:50 08:00~08:50	1:6 소그룹	180,000	* 신관 1층 기구필라테스실 * 특화 프로그램으로 할인 및 연기 불가
				월수	09:00~09:50 10:00~10:50 11:00~11:50		120,000	
				화목	18:00~18:50 19:00~19:50		70,000	
				금	20:00~20:50 21:00~21:50			
				토	09:00~09:50 10:00~10:50 11:00~11:50 12:00~12:50			
	매트필라테스	성인 청소년	-	월수금	19:00~19:50 20:00~20:50	18명	성인 41,000 청소년 31,000	* 신관 3층 피트니스실(2)
	필라요가	성인 청소년	-	화목	09:00~09:50	35명	성인 35,000 청소년 25,000	* 신관 3층 단전호흡실
	힐링요가	성인	-	월수금	13:00~13:50	40명	30,000	* 신관 3층 단전호흡실
	하타요가	성인	-	화목	10:00~10:50	10명	55,000	* 신관 2층 피트니스실(1)
	플라잉요가	성인	-	월수	18:00~18:50 19:00~19:50	18명	96,000	* 신관 3층 단전호흡실
				토	11:00~11:50		48,000	
	SNPE 바른자세 척추운동	성인	-	화목	10:00~10:50 11:00~11:50 19:00~19:50 20:00~20:50	20명	60,000	* 신관 3층 피트니스실(2) * 준비물: 수건 1장 * 도구 대여비 별도(강사 문의)
	뮤직바레	성인	-	월수금	09:00~09:50 10:00~10:50 11:00~11:50	12명	60,000	* 신관 2층 피트니스실(1)
	이브닝 바레	성인	-	화목	18:00~18:50 19:00~19:50	12명	50,000	* 신관 2층 피트니스실(1)
	단전호흡	성인	-	월~금	05:50~07:00 10:00~11:30	55명	30,000	* 신관 3층 단전호흡실 * 준비물: 단복 (강사 문의)
	번지피트니스	성인	-	화목	18:00~18:50 19:00~19:50 20:00~20:50	18명	96,000	* 신관 3층 단전호흡실 * 준비물: 실내운동화
				토	09:00~09:50 10:00~10:50		48,000	
	필룩싱	성인	-	월수	09:00~09:50 10:00~10:50	20명	38,000	* 신관 3층 피트니스실(2) * 준비물: 실내운동화
	핏합	성인	-	월수	11:00~11:50	20명	44,000	* 신관 3층 피트니스실(2) * 준비물: 실내운동화
댄 스 강 좌	모닝 라인댄스	성인	-	월수금	09:00~09:50	35명	35,000	* 본관 4층 중체육관 * 준비물: 댄스화
				화목			24,000	
	애프터눈 라인댄스	성인	초급 중급	화목	14:00~14:50 15:00~15:50	24명	35,000	* 본관 4층 중체육관 * 준비물: 댄스화
	이브닝 라인댄스	성인	-	화목	19:00~19:50	25명	44,000	* 본관 4층 중체육관 *준비물: 댄스화
	다이어트댄스	성인	-	월수금	11:00~11:50	30명	48,000	* 본관 4층 무용실
				화목			32,000	
	에어로빅 6시	성인	-	월~토	06:00~06:50	20명	57,000	* 본관 4층 무용실
				월수금			29,000	
				화목토			29,000	
	에어로빅 10시	성인	-	월~토	10:00~10:50	30명	57,000	* 본관 4층 중체육관
				월수금		15명	29,000	
				화목토		15명	29,000	
	에어로빅 14시	성인	-	월수금	14:00~14:50	30명	29,000	* 본관 4층 무용실
	저강도 에어로빅	성인	-	월~토	10:00~10:50	10명	69,000	* 본관 4층 무용실
				월수금		25명	35,000	
화목토				25명		35,000		
댄스핏줌바	성인	-	월수금	12:00~12:50	30명	40,000	* 본관 4층 무용실	
			화목			35,000		
이브닝 줌바핏	성인	-	월수금	19:00~19:50	25명	60,000	* 본관 4층 무용실	

프로그램		대상	구분	강습요일	강습시간	정원	수강료(원)	비 고		
생활체육	골프	성인	자유연습	월수금	06:00~12:00 13:00~17:30 18:00~21:00	7명	55,500	* 본관 5층 골프장 * 한 타임당 90분 * 준비물: 골프클럽 * 좌타석(1개)		
				화목			39,000			
				토	09:00~12:00 12:30~15:30 16:00~17:30		22,500			
	배드민턴	성인	-	월~토	07:00~09:30	55명	38,000			
헬스	헬스	청소년 이상	-	월~금	06:00~22:00	-	성인 49,000 청소년 34,000	* 신관 2층 헬스장 * 고령자 및 질병 유무에 따라 상담 후 접수 * 상시접수		
				토	09:00~18:00					
	1:1 P.T.	청소년 이상	-	월~금	07:00~07:50 08:00~08:50 19:00~19:50 20:00~20:50 21:00~21:50	-	월8회 320,000 월12회 480,000	* 신관 2층 헬스장 * 사전상담 후 접수(헬스장 문의) * 헬스장 비용 별도 결제 * 특화 프로그램으로 할인 불가		
어린이체육강좌	어린이 필라테스	초등학생	-	토	10:00~10:50 11:00~11:50	16명	28,000	* 신관 3층 피트니스실(2)		
	어린이 플라잉요가	초등학생	-	토	12:00~12:50	10명	45,000	* 신관 3층 단전호흡실		
	어린이 배드민턴	초등학생	-	수	16:00~16:50	16명	32,000	* 신관 2층 대체육관 * 준비물: 라켓		
				금						
	어린이인라인	초등학생	-	화	17:00~17:50	20명	32,000	* 신관 2층 대체육관 * 준비물: 인라인, 보호장구 必		
				목						
	어린이농구	초등학생	초등 3~6학년	금	17:00~18:50	22명	50,000	* 신관 2층 대체육관		
				토	11:00~12:50					
	중학생농구	중학생	중 1~3학년	토	09:00~10:50	23명	50,000	* 신관 2층 대체육관		
	어린이축구	초등학생	초등1~2학년 초등3~4학년 초등5~6학년	화	16:00~17:50	16명	60,000	* 서대문구축구장 * 엘리트반은 상담 후 접수 (최소 주2회 이상 신청 必) * 연기 불가		
				목						
				엘리트반		화	20명		70,000	
						목				
			초등1~2학년 초등3학년 초등4학년 초등5~6학년	토	10:00~11:50	16명	60,000			
				엘리트반			토		70,000	
	유아축구	유아	6~7세	화	16:00~16:50 17:00~17:50	10명	60,000	* 본관 1층 풋살스퀘어 * 연기 불가		
				목						
				토	10:00~11:50	16명		* 서대문구축구장 * 연기 불가		
	유아풋살	유아	5세	토	10:00~10:50	10명	60,000	* 본관 1층 풋살스퀘어		
			6세		11:00~11:50					
			7세		13:00~13:50					
			6~7세		14:00~14:50					

서대문문화체육회관 셔틀버스 안내

- 셔틀버스 운행 안내
 - * 도로 및 교통 상황 등에 따라 셔틀버스의 정차시간이 다소 변경될 수 있습니다.
 - * 셔틀버스는 정류소에서 대기하지 않으며, 정차 후 바로 출발합니다.
 - * 원활한 운행을 위해 출발 예정 시각 이전에 미리 대기해 주시기 바랍니다.

- 실시간 위치 확인
 - '헬로버스' 앱 다운로드 → '나의메뉴'에서 '운행사 사용신청' → 승인요청 → 탑승정류장 설정

<운행 시간표>



<헬로버스 앱 다운로드>

