

【体組成測定会】

2024年5月5日(日)、6日(月・祝)に
5回目となる体組成測定会を行いました。
次回は、9月頃を予定しています。

今の身体の状態を知ることができ「生活習慣の見直し」や
「健康・体づくり」について一緒に考えていきましょう♪



【電光石火みよしパーク杯パークゴルフ大会】が今年度より始まりました。

第4金曜日開催

(予備日翌週月曜日)

どなたでも
ご参加いただけます。

受付時間 8:30~

開始時間 9:00~

となっておりますので、
ぜひご参加ください。
お待ちしております！



《スクール生募集のご案内》

みよし よくばりパークスイミング

お子様の習い事で
人気のスイミング
楽しく身体能力向上！
水が苦手でも大丈夫♪
一緒に楽しく
泳げるようになろう！



無料体験実施中！
※お一人さま1回限り

《対象》幼児(3歳以上~小学生)
詳細等、ご希望の方は、
お気軽にお問い合わせください。

5月より【ボクシング×エクササイズ】が新しく教室として始まりました！

ボクシングをベースとした
全身を使う運動で
どなたでもご参加いただけます！

運動不足解消に・・・

みんなで楽しく身体を動かしましょう！
何か新しいことに挑戦してみませんか♪

《6月開催予定日》
**3日、10日、
17日、24日**

〈日 時〉月曜日
19:15~20:00
〈受講料〉900円/1回分
2,400/回数券3回分
〈場 所〉文化活動室
《持ち物》運動しやすい服装、
タオル、屋内シューズ、飲み物

いろいろな教室を開催しています！

《ミズノスクールのご案内》

☆カルチャーセンター

無料体験実施中！！
お一人様1回まで。※一部教室を除く

	スクール	対象	時間	料金	
				1回料金	回数券
月	卓球教室	小学生以上	19:00~21:00	小・中・高 一般 1,000円/回 一般(60歳以上) 900円/回	2,400円/3回分 3,000円/3回分 2,400円/3回分
	ボクシング×エクササイズ	高校生以上	19:15~20:00	900円/回	2,400円/3回分
火	よくばり運動教室	年少~小学生	18:10~19:00	1,000円/回	2,700円/3回分
	書道教室	どなたでも	19:00~20:30	2,000円/回	3,000円/月2回
木	ヨガ教室	高校生以上	(朝)10:15~11:45	3,800円/月4回	
			(夜)18:15~19:45	3,300円/月3回	
金	ラララフィット	概ね 60歳以上	10:00~11:00	900円/回	3,200円/月4回
	バレエ教室	高校生以上	18:30~20:00	1,600円/回	6,000円/4回分
	バドミントン教室	小学生以上	19:00~21:00	1,200円/回	4,400円/4回分
土	写真教室	どなたでも	10:00~12:00	1,000円/回 第2土曜日開催	※無料体験なし
日	ランニングサークル	どなたでも	15:00~16:00	700円/回 月2回開催	※無料体験なし

◆温水プール

無料体験実施中！！
お一人様1回まで。

	スクール	対象	時間	料金	
				1回料金	回数券
月	みよし よくばりパーク スイミングスクール	幼児(3歳以上) ~小学生	17:00~17:50	4,800円/月	別途入場料230円
火	ベビースイミング教室	首すわり完了 ~3歳	13:15~14:00	1,200円/回	4,400円/4回分 入場料別途410円
	みよし よくばりパーク スイミングスクール	幼児(3歳以上) ~小学生	16:30~17:20 17:20~18:10	4,800円/月	別途入場料230円
木	みよし よくばりパーク スイミングスクール	幼児(3歳以上) ~小学生	16:10~17:00 17:00~17:50 17:50~18:40	4,800円/月	別途入場料230円
金	肩・腰・膝改善 水中ウォーキング	成人男女	9:30~10:10	1,300円/回	4,800円/4回分 入場料別途410円
	みよし よくばりパーク スイミングスクール	幼児(3歳以上) ~小学生	17:00~17:50 18:30~19:20 19:20~20:10	4,800円/月	別途入場料230円
土	みよし よくばりパーク スイミングスクール	幼児(3歳以上) ~小学生	9:10~10:00 10:00~10:50 10:50~11:40	4,800円/月	別途入場料230円
	成人スイム	成人男女	13:00~13:50	1,500円/回	5,600円/4回分 入場料別途410円

※各スクール開催日は、ご確認ください。